



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAD			PODWIECZOREK			KOLACJA		
Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
201	Jaja	1 s	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		252	Ser salami	50g	1324	Półędwica wędz.	60g
1209	Polędwica drobiowa	40g		Mleko	400g		Marchew	50g	22223	Masło roślinne	10g	3635	Salata lodowa	50g
3628	Pomidory	50g		Płatki owsiane	30g		Selery	20g	021	Chleb krojony	50g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Pietruszka	20g					Herbata	2g
	Herbata	2g					Mleko 2%	40g					Masło roślinne	10g
	Masło roślinne	10g					Mąka pszenna	10g					Chleb krojony	100g
	Chleb krojony	100g					Ziemniaki	150g						
							Makaron nitka	25g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						02021	Gulasz wieprz.got. (g)							
							Łopatką wieprzowa	80g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bulka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna _____ [cal]			Wartość kaloryczna _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10755.00	2569.00	80.32	28.88	353.74	52.60	121.98	16.70	1108.00	69.79	347.10

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Mleko Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....