

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
1333	Ogonówka	40 g				01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		3307	Herbatniki	50g	1343	Szynka gotowana	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Ziemiaki	150g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Marchew	50g					Mleko	300 g
	Płatki jęczmienne	30 g					Pietruszka	20g					Płatki jęczmienne	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Selery	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Kasza jęczm.	25g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					S ó l	10g					Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 s					Jarzynka	2 g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g				02115	Bitek sch. got. w sosie piecz. dosz. (po						Masło	10 g
							Schab b/k	80g						
							Pieczarki	100g						
							Śmietana 18%	20g						
							Cebula	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Mąka pszenna	20g						
						09141	Ziemiaki got. (g)							
							Ziemiaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzynki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
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 ]
11799.00	2819.00	47.19	18.18	466.93	135.61	100.88	15.81	983.27	62.39	311.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....