



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		16027	Podwieczorek (j) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Jaja	1s	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Selery	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					S ó l	10g					Chleb krojony	100g
						2106	Jarzyńka	2g						
							Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj							
							Filet kurczaka	80g						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bułka tarta	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						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]
9059.00	2162.00	59.59	18.32	333.33	47.01	88.41	16.51	665.70	54.14	378.90

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....