



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
1212	Szynka drobiowa	40 g				01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		3307	Herbatniki	50g	1343	Szynka gotowana	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Konc.pomidor.30%	30g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Makaron nitka	30g					Mleko	300 g
	Płatki jęczmienne	30 g					Marchew	50g					Płatki jęczmienne	30 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Pietruszka	20g				13103	Herbata, bułka 5, masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Selery	20g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Mąka pszenna	10g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Mleko 2%	40g					Bułka 50 g	1 sz
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Masło	10g
	Masło	10 g					Jarzyńka	2g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatką wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						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]
12485.00	2983.00	52.09	20.55	484.21	161.87	113.94	16.51	963.10	85.28	222.10

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....