



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
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		01073	Manna na mleku got. (porcja)		01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1027	Podwieczorek (o) (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jajka	1 s		Mleko	300 g		Selery	100g		Ogonówka	50g	3628	Pomidory	50g
	Mielonka wp	40 g		Kasza manna	30 g		Ziemniaki	150g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr (s)						Mleko 2%	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10g					Masło roślinne	10g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Marchew	30g					Chleb krojony	100g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	30g						
3635	Salata lodowa	50 g					Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
							Bułka 50 g	1sz						
						2105	Bitki schabowy got. w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09022	Fasolka szparagowa got. (g)							
							Fasolka szparag.	150g						
							Margaryna	10g						
							Bułka tarta	5g						
						10131	Makaron got. (porcja)							
							Makaron nitka	80g						
							Margaryna zw.	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 ]
11567.00	2762.00	74.30	22.40	410.42	43.76	132.47	18.61	1699.30	64.13	440.20

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....