



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	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	30 g		Polędwica wędz.	50 g	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Makaron nitka	30 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Marchew	50 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Selery	20 g					Chleb krojony	100 g
							Mąka pszenna	10 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj							
							Filet kurczaka	80 g						
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c (g)							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
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 ]
9471.00	2261.00	53.26	17.19	334.10	51.13	89.19	16.48	1051.60	54.67	402.80

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....