



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
3801	Dżem truskawkowy	40 g				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		3310	Pierniki	50g	2541	Ser topiony	50 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Marchew	50g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Selery	20g					Mleko	300 g
	Płatki jęczmienne	30 g					Pietruszka	20g					Płatki jęczmienne	30 g
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Mleko 2%	20g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Ziemniaki	150g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					Mąka pszenna	10g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Sól	10g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g					Konc.pomidor.30%	20g					Masło	10g
							Jarzyńka	2g						
						100481	Makaron nitki got z serem (mar)							
							Makaron	80g						
							Ser twarog.	80g						
							Margaryna	20g						
						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]
10176.00	2431.00	49.97	23.54	378.96	111.49	72.56	14.69	711.90	45.95	165.10

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA