



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
1209	Poledwica drobiowa	40 g				01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		3307	Herbatniki	50g	1624	Szynka kanapkowa	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Konc.pomidor.30%	10g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g					Marchew	80g					Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g					Mąka pszenna	10g					Płatki owsiane	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Pietruszka	30g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Selery	30g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					Mleko	40g					Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 s					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g					S ó l	10g					Masło	10 g
							Jarzynka	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						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	7g						
							Mąka pszenna	7g						
						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]
12441.00	2972.00	54.17	20.53	480.00	149.83	104.81	15.05	1008.35	68.86	223.66

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

.....

.....

.....

.....