



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
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01112	Pomidorowa z ryżem got. (ml)		16030	Podwieczorek (ser top.) (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	30 g		Ser topiony 100 g	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Ryż	30 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Kośćci	50 g		Chleb krojony	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Śmietana	20 g				3635	Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Marchew	50 g					Salata lodowa	50 g
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)							
							Marchew	100 g						
							Pietruszka	40 g						
							Selery	40 g						
							Jabłka	30 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 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 ]
10918.00	2605.00	67.28	26.48	342.47	56.05	86.58	16.74	858.50	52.85	507.50

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....