



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				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		6302	Sok warz. owoc.	1s	1336	Szynka mielona	60 g	
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Marchew	50g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)		
	Herbata	2 g					Selery	20g					Herbata	2g	
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g	
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	20g					Bułka 50 g	1 sz	
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g					Masło	10g	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Mąka pszenna	10g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		
	Mleko	400 g					Sól	10g					Mleko	400 g	
	Płatki owsiane	30 g					Konc.pomidor.30%	20g					Płatki owsiane	30g	
							Jarzyńka	2g							
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.								
							Marchew	30g							
							Mleko	40g							
							Mąka pszenna	20g							
							Pietruszka	30g							
							Selery	30g							
							Schab b/k	80g							
						09141	Ziemniaki got. (g)								
							Ziemniaki	300g							
							Mleko	15g							
						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 kaloryczna: _____ [cal]		Wartość kaloryczna: _____ [cal]		Wartość kaloryczna: _____ [cal]	
Wartość zestawu: _____ [zł]		Wartość zestawu: _____ [zł]		Wartość zestawu: _____ [zł]		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 ]
11152.00	2662.00	37.78	15.98	444.43	148.01	107.95	15.28	1086.35	75.25	239.86

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....