



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	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Jaja	0,5s		Polędwica wędz.	50g	3635	Salata lodowa	50 g	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)		
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g	
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g					Masło roślinne	10 g	
	Chleb krojony	100 g					Mleko	40g					Chleb krojony	100 g	
							Mąka pszenna	10g							
							Ziemniaki	150g							
							Barsz biały	10g							
							Sól	10g							
							Jarzyńka	2g							
						100481	Makaron nitki got z serem (mar)								
							Makaron	80g							
							Ser twarog.	80g							
							Margaryna	20g							
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)								
							Jabłka	80g							
						021	Chleb krojony	50g							
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 ]
10006.00	2390.00	70.53	23.11	333.30	41.86	101.33	16.94	946.00	43.59	407.00

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA