



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	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		16030	Podwieczorek(ser top.) (porcja)		1336	Szynka mielona	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Ser topiony 100 g	50g	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Selery	20g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Masło roślinne	10 g					Mleko 2%	40g					Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					Mąka pszenna	10g					Chleb krojony	100g
							Ziemiaki	150g						
							Makaron nitka	25g						
							Sól	10g						
							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						
						09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bułka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
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 ]
10516.00	2511.00	72.74	26.72	372.59	47.66	97.51	17.33	810.80	49.76	357.30

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