



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01007	Barszcz czerw. zabiela got.		1307	Kiełbasa krak. parz.	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Buraki	100 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
17011	Herbata, chleb, mr			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
				Mąka pszenna	5 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			0270	Wątroba wp. smażona w sosie				
				Wątroba	120 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			36251	Ogórki kons.	100 g			
		Wartość kaloryczna: 1 754 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 516 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 537 [kJ]
		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]
8807.00	2069.00	62.52	22.83	320.28	73.45	83.78	15.01	986.15	35.33	366.30

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....