



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
1212	Szynka drobiowa	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01038	Jarzynowa lekk. got. (porcja)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10g		Polędwica wędz.	50g		Jaja	1 s
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Marchew	80g		Masło roślinne	10g		Majonez	20g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10g		Chleb krojony	50g		Margaryna zw.	5g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	30g					Szynka kanapkowa	30g
	Chleb krojony	100 g					Selery	30g					Ryż	25g
							Mleko	40g				1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
							Ziemniaki	150g					Herbata	2g
							Sól	10g					Masło roślinne	10g
							Jarzynka	2g					Chleb krojony	100g
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)					3635	Salata lodowa	50g
							Łopatka wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						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 ]
11432.00	2729.00	73.31	23.00	381.26	52.49	114.78	16.84	769.40	63.67	361.90

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....