



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
1343	Szynka gotowana	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1333	Ogonówka	80 g
201	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	30g		Polędwica wędz.	50g	3628	Pomidory	50g
3635	Salata lodowa	50 g		Kasza manna	30 g		Makaron nitka	30g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Marchew	50g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g					Chleb krojony	100g
	Chleb krojony	100 g					Mąka pszenna	10g						
							Mleko 2%	40g						
							S ó l	10g						
							Jarzyńka	2g						
						02080	Schab pieczony w sosie koperkowym							
							Marchew	40g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Schab b/k	120g						
							Śmietana 18%	20g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	20g						
							Koperek	15g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09145	Salata z sosem sał. (g)							
							Salata lodowa	100g						
							Olej jadalny	7g						
							Sos sałatkowy	3g						
						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]
10761.00	2569.00	85.02	26.37	328.87	45.99	134.55	16.99	954.44	63.65	462.00

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....