



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		02109	Ziemi. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		16025	Podwieczorek(k.sz) (porcja)		1345	Kurczak faszerowany	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Groszek kons.	20 g		Kielbasa szynkowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Ziemiaki	150 g		Chleb krojony	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g					Mąka pszenna	10 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Marchew	50 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						100481	Makaron nitki got z serem (mar)							
							Makaron	80 g						
							Ser twarog.	80 g						
							Margaryna	20 g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80 g						
							Cukier	20 g						
						021	Chleb krojony	50 g						
	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 ]
10438.00	2493.00	67.17	19.27	374.56	76.91	92.35	16.10	1063.00	33.70	377.50

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