



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	
1624	Szynka kanapkowa	60 g				01166	Solferino lekk. got. (porcja)		3309	Wafelki	1sz	1209	Poładwica drobiowa	60 g	
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Marchew	50g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)		
	Herbata	2 g					Selery	20g					Herbata	2g	
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g	
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	20g					Bułka 50 g	1sz	
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g					Masło	10g	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Mąka pszenna	10g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		
	Mleko	300 g					S ó l	10g					Mleko	300 g	
	Płatki jęczmienne	30 g					Konc.pomidor.30%	20g					Płatki jęczmienne	30g	
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.								
							Marchew	30g							
							Mleko	40g							
							Mąka pszenna	20g							
							Pietruszka	30g							
							Selery	30g							
							Schab b/k	80g							
						09141	Ziemniaki got. (g)								
							Ziemniaki	300g							
							Mleko	15g							
						09150	Marchewka got. z wody (g)								
							Margaryna	5g							
							Marchew	150g							
							Cukier	5g							
							Bułka tarta	5g							
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)								
							Jabłka	80g							
							Cukier	20g							
Wartość kaloryczna _____ [cal]		Wartość kaloryczna _____ [cal]		Wartość kaloryczna: _____ [cal]		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 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 ]
10461.00	2497.00	31.08	13.16	422.20	128.46	106.76	16.36	1056.10	67.02	269.20

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....