



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	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1027	Podwieczorek (o)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	400 g		Jaja	0,5s		Ogonówka	50g	3628	Pomidory	50 g
13230	Kawa ml.b/c, chleb, mr			Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Kawa inka	3 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Mleko 2%	300 g					Selery	20g					Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					Mleko	40g					Chleb krojony	100g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g						
							Ziemniaki	150g						
							Barsz biały	10g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						021	Chleb krojony	50g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem							
							Makaron nitka	80g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Łopatka wieprzowa	80g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 2 402 [kJ]			Wartość kaloryczna 1 332 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 071 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 105 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 702 [kJ]		
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 ]
10612.00	2535.00	73.97	24.92	351.10	123.46	56.68	17.38	1051.40	73.55	407.00

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA