



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				01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		3307	Herbatniki	50g	1333	Ogonówka	60 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Konc.pomidor.30%	30g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					Makaron nitka	30g					Mleko	300 g
	Kasza manna	30 g					Marchew	50g					Kasza manna	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Pietruszka	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Selery	20g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					Mąka pszenna	10g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	40g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g					S ó l	10g					Masło	10g
							Jarzynka	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						
						09062	Jarzynki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						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 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]
12311.00	2940.00	57.85	22.11	455.44	142.37	123.16	15.73	1319.17	75.38	315.80

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA