



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
3801	Dżem truskawkowy	60 g				01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		2423	Jogurt owocowy	1sz	1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
018	Bułka 50 g	1 s					Ziemniaki	150g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
17017	Kakao got. (porcja)						Marchew	50g					Herbata	2g
	Mleko	300 g					Selery	20g					Cukier	20g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Bułka 50 g	1sz
	Kakao	5 g					S ó l	10g					Masło	10g
2105	Masło	10 g					Jarzyńka	2g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.					2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.						Mleko	300 g
	Mleko	300 g					Marchew	30g					Płatki jęczmienne	30g
	Płatki jęczmienne	30 g					Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzyńki got.opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
	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]
10443.00	2492.00	37.39	16.42	401.52	107.34	100.79	15.64	1055.07	75.44	170.50

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....