



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
1212	Szynka drobiowa	40 g				01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1324	Poledwica wędz.	40 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Konc.pomidor.30%	10g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					Marchew	80g					Mleko	300 g
	Kasza manna	30 g					Mąka pszenna	10g					Kasza manna	30 g
13232	Kawa ml,bułka 5,masło (porcja)						Pietruszka	30g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Selery	30g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Mleko	40g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1sz
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Masło	10g
	Masło	10 g					Jarzynka	2g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatka wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						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]
12721.00	3038.00	45.71	19.00	505.46	132.38	116.97	17.55	1134.20	80.95	202.50

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....