



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
1324	Poledwica wędz.	40 g				01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got. (porcja)		254	Serek homogenizowany	1sz	1333	Ogonówka	40 g
3628	Pomidory	50 g					Marchew	50 g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Mąka pszenna	10g					Mleko	300 g
	Mleko	300 g					Konc.pomidor.30%	30g					Płatki jęczmienne	30g
	Płatki jęczmienne	30 g					Pietruszka	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Selery	20g					Herbata	2g
	Herbata	2 g					Ryż	30g					Cukier	20g
	Cukier	20 g					S ó l	10g					Bułka 50 g	1sz
	Bułka 50 g	1 s					Jarzyńska	2g					Masło	10g
	Masło	10 g				2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)							
							Filet kurczaka	80g						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	150g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	7g						
							Mąka pszenna	7g						
						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]
10049.00	2398.00	32.16	13.27	418.91	124.38	80.26	15.00	951.65	58.00	229.96

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

.....

.....

.....

.....