



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				01168	Grycikowa lekk.got. (porcja)		3307	Herbatniki	50g	1343	Szynka gotowana	40 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Marchew	50g				13103	Herbata, bułka 5, masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Selery	20g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1 sz
	Bułka 50 g	1 s					Kasza manna	25g					Masło	10g
	Masło	10 g					S ó l	10g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Jarzynka	2g					Mleko	300 g
	Mleko	300 g				02021	Gulasz wieprz.got. (g)						Płatki jęczmienne	30g
	Płatki jęczmienne	30 g					Łopatką wieprzowa	80g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						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 ]
12094.00	2890.00	51.10	20.10	470.34	150.52	108.99	16.33	1029.77	77.37	223.30

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

.....

.....

.....

.....