



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAŁ			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	40 g				01168	Grycikowa lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1324	Poładwica wędz.	40 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Marchew	50g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					Selery	20g					Mleko	300g
	Kasza manna	30 g					Pietruszka	20g					Kasza manna	30g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Ziemniaki	150g				13103	Herbata, bułka 5, masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Kasza manna	25g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Sól	10g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Jarzynka	2g					Bułka 50 g	1sz
	Bułka 50 g	1 s				03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)						Masło	10g
	Masło	10 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						
						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 ]
13281.00	3172.00	49.87	20.40	529.37	134.89	119.94	17.65	1322.97	82.21	228.90

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....