



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
1209	Poledwica drobiowa	40 g				01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		3309	Wafelki	1sz	1315	Kielbasa szynkowa	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Ziemiaki	150g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g					Marchew	50g					Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g					Pietruszka	20g					Płatki owsiane	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Selery	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Kasza jęczm.	25g					Herbata	2 g
	Cukier	20 g					S ó l	10g					Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 s					Jarzynka	2 g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g				03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)						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						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						09141	Ziemiaki got. (g)							
							Ziemiaki	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 ]
11337.00	2708.00	43.83	17.68	445.79	134.52	103.19	14.99	1123.40	73.97	206.80

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....