



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				01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		254	Serek homogenizowany	1sz	1333	Ogonówka	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Mąka pszenna	10g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Mleko	300 g					Kości	50g					Herbata	2g
	Płatki jęczmienne	30 g					Śmietana	20g					Cukier	20g
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Jaja	0,5s					Bułka 50 g	1sz
	Herbata	2 g					Marchew	50g					Masło	10g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Bułka 50 g	1 s					Selery	20g					Mleko	300g
	Masło	10g					Chrzan mar.	10g					Płatki jęczmienne	30g
							Ziemniaki	150g						
							Barsz biały	10g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)							
							Ryż	80g						
							Margaryna	20g						
							Marchew	80g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Łopátka wieprzowa	50g						
						09150	Marchewka got. z wody (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
						018	Bułka 50 g	1sz						
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]
11984.00	2862.00	53.23	20.71	467.74	126.61	102.98	16.81	1012.40	60.61	339.80

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....