



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
201	Jaja	2 s	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01025	Ziemniaczana lekk.got. (ml)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1336	Szynka mielona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Kasza manna	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Mleko 2%	40 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńska	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatka wieprzowa	80 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09062	Jarzyński got.opr. (g)							
							Margaryna	7 g						
							Marchew	80 g						
							Mąka pszenna	5 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 g						
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 ]
10742.00	2563.00	78.29	24.79	359.45	49.55	119.46	16.70	802.67	69.27	355.30

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....