



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
1333	Ogonówka	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01166	Solferino lekk. got. (porcja)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	20 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Mąka pszenna	10 g						
							Sól	10 g						
							Konc.pomidor.30%	20 g						
							Jarzynka	2 g						
						100481	Makaron nitki got z serem (mar)							
							Makaron	80 g						
							Ser twarog.	80 g						
							Margaryna	20 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 ]
9019.00	2154.00	60.44	19.96	306.40	38.16	90.92	15.92	766.30	35.73	377.50

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA