



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		16025	Podwieczorek(k.sz) (porcja)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Jaja	0,5s		Kielbasa szynkowa	50g		Jaja	1 s
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Chleb krojony	50g		Majonez	20g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Masło roślinne	10g		Margaryna zw.	5g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g					Szynka kanapkowa	30g
	Chleb krojony	100 g					Mleko	40g					Ryż	25g
							Mąka pszenna	10g				3635	Salata lodowa	50g
							Ziemniaki	150g				1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
							Barsz biały	10g					Herbata	2g
							S ó l	10g					Masło roślinne	10g
							Jarzyńka	2g					Chleb krojony	100g
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						09145	Salata z sosem sał. (g)							
							Salata lodowa	100g						
							Olej jadalny	7g						
							Sos sałatkowy	3g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
	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 ]
11278.00	2695.00	79.45	23.38	348.55	45.77	116.64	16.45	907.84	59.48	333.90

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....