



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.	40 g				01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		254	Serek homogenizowany	1sz	1343	Szynka gotowana	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Mąka pszenna	10g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g					Kości	50g					Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g					Śmietana	20g					Płatki owsiane	30 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Jaja	0,5s				13103	Herbata, bułka 5, masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Marchew	50g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Selery	20g					Bułka 50 g	1sz
	Bułka 50 g	1 s					Chrzan mar.	10g					Masło	10g
	Masło	10 g					Ziemniaki	150g						
							Barsz biały	10g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						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						
						09062	Jarzyńki got. opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						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]
11924.00	2849.00	55.54	24.31	434.14	143.93	117.98	15.27	1102.37	91.09	283.90

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

.....

.....

.....

.....