



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
1212	Szynka drobiowa	40 g				01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		0304	Paluszki solone	1op	1333	Ogonówka	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Ziemniaki	150g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Marchew	50g					Mleko	300 g
	Płatki jęczmienne	30 g					Selery	20g					Płatki jęczmienne	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Pietruszka	20g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					S ó l	10g					Herbata	2g
	Cukier	20 g				2105	Jarzyńska	2g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Bitek schabowy got.w sosie jarz.						Bułka 50 g	1sz
	Masło	10g					Marchew	30g					Masło	10g
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09149	Marchewka got.opr. (g)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	180g						
							Cukier	5g						
							Mąka pszenna	5g						
						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 ]
11722.00	2798.00	35.69	13.71	487.87	126.54	105.80	18.36	919.45	64.34	204.90

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....