



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
1343	Szynka gotowana	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		16027	Podwieczorek (j) (porcja)		1324	Poładwica wędz.	60 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10g		Jaja	1s	3628	Pomidory	50g
	Herbata	2 g		Kasza manna	30 g		Marchew	80g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	30g					Masło roślinne	10g
3635	Salata lodowa	50 g					Mleko	40g					Chleb krojony	100g
							Ziemniaki	150g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj							
							Filet kurczaka	80g						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						09148	Salata ze śmiet. (porcja)							
							Salata ziel.	100g						
							Śmietana 18%	20g						
						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 ]
9270.00	2213.00	62.92	20.60	332.44	44.98	85.48	15.77	799.90	49.28	430.00

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....