



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
1336	Szynka mielona	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		021	Chleb krojony	50g	1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Jaja	0,5s	22223	Masło roślinne	10g	3635	Sałata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Marchew	50g	08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Ser twarog.	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g		Mleko 2%	20g		Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					Mleko	40g					Chleb krojony	100 g
							Mąka pszenna	10g						
							Ziemniaki	150g						
							Barsz biały	10g						
							S ó l	10g						
							Jarzyńka	2g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)							
							Makaron nitka	80g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Łopátka wieprzowa	80g						
						13219	Kompót z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
						021	Chleb krojony	50g						
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]
9709.00	2321.00	63.98	20.78	336.94	39.42	108.16	16.48	829.70	52.50	425.50

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA