

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
1624	Szynka kanapkowa	40 g				0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		3309	Wafelki	1sz	1333	Ogonówka	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Buraki	100g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Mleko	400 g					Marchew	50g					Herbata	2g
	Płatki owsiane	30 g					Mleko	40g					Cukier	20g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	5g					Bułka 50 g	1sz
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	10g
	Cukier	20 g					Selery	20g					Mleko	400g
	Bułka 50 g	1 s					Ziemniaki	150g					Płatki owsiane	30g
	Masło	10 g					S ó l	10g						
							Jarzyńka	2g						
						02021	Gulasz wieprz.got. (g)							
							Łopatka wieprzowa	80g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						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]
10942.00	2615.00	47.03	19.51	417.29	135.02	96.94	14.74	966.70	67.67	216.30

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....