



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
1333	Ogonówka	40 g				01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		6302	Sok warz. owoc.	1s	1343	Szynka gotowana	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Selery	100g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Mleko	400 g					Ziemniaki	150g					Herbata	2g
	Płatki owsiane	30 g					Mleko 2%	40g					Cukier	20g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	10g					Bułka 50 g	1sz
	Herbata	2 g					Marchew	30g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Cukier	20 g					Pietruszka	30g					Mleko	400 g
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Płatki owsiane	30g
	Masło	10 g					Jarzynka	2g						
							Bułka 50 g	1sz						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09009	Buraczki got.opr. (porcja)							
							Buraki	180g						
							Margaryna	7g						
							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 ]
12352.00	2948.00	40.35	16.85	503.81	147.04	116.11	15.65	1119.07	74.94	295.30

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....