



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	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	400 g		Buraki	100 g		Polędwica wędz.	50 g	3628	Pomidory	50 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr (s)			Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mąka pszenna	5 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
							Selery	20 g						
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
							100481 Makaron nitki got z serem (mar)							
							Makaron	80 g						
							Ser twarog.	80 g						
							Margaryna	20 g						
							13219 Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 g						
							021 Chleb krojony	50 g						
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 ]
9738.00	2326.00	66.96	22.01	330.84	42.55	98.47	16.44	1283.25	39.24	391.00

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA