



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				0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		3307	Herbatniki	50g	1343	Szynka gotowana	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Buraki	100g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g					Marchew	50g					Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g					Mleko	40g					Płatki owsiane	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	5g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Selery	20g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Ziemniaki	150g					Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g					S ó l	10g					Masło	10g
							Jarzynka	2g						
						01163	Ryż z dżemem i śmietaną (g)							
							Ryż	80g						
							Śmietana 18%	80g						
							Cukier	30g						
							Mleko 2%	100g						
							Dżem porzeczkowy	50g						
							Margaryna zw.	5g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
						018	Bułka 50 g	1 sz						
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]
12917.00	3087.00	55.57	24.76	515.10	172.19	98.45	15.57	1260.95	61.15	572.30

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA