



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				01126	Koperkowa lekk.got. (ml)					1333	Ogonówka	40 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)						Ziemniaki	150g				01073	Manna na mleku got. (porcja)	
	Mleko	300 g					Mąka pszenna	5g					Mleko	300 g
	Kasza manna	30 g					Koperek	10g					Kasza manna	30 g
13232	Kawa ml, bułka 5, masło (porcja)						Marchew	30g				13103	Herbata, bułka 5, masło (g)	
	Kawa inka	3 g					Pietruszka	10g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Selery	10g					Cukier	20g
	Mleko 2%	300 g					Mleko	40g					Bułka 50 g	1 sz
	Bułka 50 g	1 s					S ó l	10g					Masło	10g
	Masło	10 g					Jarzyńska	2g				3310	Pierniki	50g
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzyńska got. opr. (g)							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						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]
11387,00	2719,00	37,41	16,93	424,26	134,69	90,09	14,74	1204,52	79,87	228,90

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....