



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
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		01073	Manna na mleku got. (porcja)		01165	Solferino got. (porcja)		1027	Podwieczorek (o) (porcja)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mielonka wp	40 g		Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr (s)						Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Konc. pomidor. 30%	20 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Ziemniaki	150 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Kości	50 g						
3628	Pomidory	50 g					Mąka pszenna	10 g						
3635	Salata lodowa	20 g					Śmietana 18%	20 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatka wieprzowa	80 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2 sz						
						10101	Ryż got. na sypko (g)							
							Ryż	80 g						
							Margaryna zw.	7 g						
						09143	Buraki got. z jabłkami b/c (g)							
							Jabłka	40 g						
							Olej jadalny	7 g						
							Buraki	150 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 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]
10722,00	2560,00	84,41	25,21	352,11	46,03	110,33	16,42	1511,36	56,29	337,30

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

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....