



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1027	Podwieczorek (o) (porcja)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Groszek kons.	20 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Ziemiaki	150 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Mleko 2%	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Marchew	50 g					Chleb krojony	100 g
							Selery	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							S ó l	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)							
							Makaron nitka	80 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Margaryna zw.	10 g						
							Łopatkka wieprzowa	80 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]
9492.00	2269.00	59.92	18.42	336.51	37.11	104.70	17.14	932.90	49.67	375.80

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