



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.	40 g				02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		3309	Wafelki	1sz	1315	Kielbasa szynkowa	40 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.						Groszek kons.	20g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Ziemniaki	150g					Mleko	300 g
	Płatki jęczmienne	30 g					Mleko 2%	40g					Płatki jęczmienne	30 g
13103	Herbata, bułka 5.masło (g)						Mąka pszenna	10g				13103	Herbata, bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g					Marchew	50g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Selery	20g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Pietruszka	20g					Bułka 50 g	1sz
	Masło	10 g					Sól	10g					Masło	10g
							Jarzyńka	2g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)							
							Makaron nitka	80g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Łopatką wieprzowa	80g						
						13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
						018	Bułka 50 g	1sz						
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]
11061.00	2644.00	39.07	15.29	439.50	110.57	101.75	16.05	1048.60	61.85	243.10

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