



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
1209	Poledwica drobiowa	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01126	Koperkowa lekk.got. (ml)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Poledwica wędz.	50g	3635	Sałata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	5g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr (s)						Koperek	10g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Marchew	30g					Masło roślinne	10g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	10g					Chleb krojony	100g
	Masło roślinne	10 g					Selery	10g						
							Mleko	40g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.							
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	80g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09022	Fasolka szparagowa got. (g)							
							Fasolka szparag.	150g						
							Margaryna	10g						
							Bułka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
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 ]
9629.00	2298.00	59.44	18.70	341.11	46.03	118.50	17.40	1420.45	53.36	474.00

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

.....

.....

.....

.....