



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	40 g				01126	Koperkowa lekk.got. (ml)		3310	Pierniki	50g	1343	Szynka gotowana	40 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)						Ziemniaki	150g				01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	5g					Mleko	400 g
	Cukier	20 g					Koperek	10g					Płatki owsiane	30 g
	Bułka 50 g	1 s					Marchew	30g				13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Masło	10 g					Pietruszka	10g					Herbata	2g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)						Selery	10g					Cukier	20g
	Mleko	400 g					Mleko	40g					Bułka 50 g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g					S ó l	10g					Masło	10g
							Jarzynka	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						
						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]
10859.00	2594.00	39.60	16.71	421.17	122.76	113.13	15.65	1053.25	71.05	344.20

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

.....

.....

.....

.....