



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	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		16030	Podwieczorek(ser top.) (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Buraki	100g		Ser topiony 100 g	50g	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Mleko	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	5g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	20g					Chleb krojony	100 g
							Selery	20g						
							Ziemniaki	150g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
							Łopatką wieprzowa	80g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30g						
							Margaryna zw.	5g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mleko 2%	40g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)							
							Marchew	100g						
							Pietruszka	40g						
							Selery	40g						
							Jabłka	30g						
							Śmietana 18%	20g						
							Majonez	20g						
						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 ]
10830.00	2584.00	70.95	27.11	362.85	53.88	103.76	17.53	764.95	54.34	454.60

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

DIETETYK

.....  
BEATA WYDRA-WERESKA