



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
1343	Szynka gotowana	60 g	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		16027	Podwieczorek (j) (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	30g		Jaja	1s	3628	Pomidory	50g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza manna	30 g		Makaron nitka	30g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Marchew	50g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Chleb krojony	100 g					Selery	20g					Chleb krojony	100g
							Mąka pszenna	10g						
							Mleko 2%	40g						
							S ó l	10g						
							Jarzyńka	2g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja)							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bulka 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]
10160.00	2425.00	60.54	18.75	339.93	52.38	92.88	16.06	800.00	61.81	371.40

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

.....
BEATA WYDRA-WERESKA

.....

.....

.....

.....