



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką		01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1027	Podwieczorek (o) (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Szczypior	5 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Rzodkiewka	10 g					Mleko 2%	20 g					Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g					Ziemniaki	150 g					Chleb krojony	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Mąka pszenna	10 g						
	Herbata	2 g					Sól	10 g						
	Masło roślinne	10 g					Konc.pomidor.30%	20 g						
	Chleb krojony	100 g					Jarzynka	2 g						
						02021	Gulasz wieprz.got. (g)							
							Łopatką wieprzowa	80 g						
							Margaryna	5 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Marchew	20 g						
						09143	Buraki got.z jablkami b/c (g)							
							Jabłka	40 g						
							Olej jadalny	7 g						
							Buraki	150 g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)							
							Kasza jęczm.	80 g						
							Margaryna	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 g						
	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 ]
10071.00	2407.00	72.33	22.63	338.18	54.43	105.48	15.50	844.39	49.60	307.90

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

.....

.....

.....

.....

.....