



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
201	Jaja	1 s	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		16025	Podwieczorek(k.sz) (porcja)		1324	Poładwica wędz.	60 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Mleko	400 g		Konc.pomidor.30%	10 g		Kielbasa szynkowa	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	80 g		Chleb krojony	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
3635	Salata lodowa	20 g					Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Pietruszka	30 g					Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Selery	30 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40 g						
	Chleb krojony	100 g					Ziemniaki	150 g						
							S ó l	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09143	Buraki got.z jabłkami b/c (g)							
							Jabłka	40 g						
							Olej jadalny	7 g						
							Buraki	150 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 ]
10732,00	2561,00	68,87	19,73	349,58	54,09	98,76	16,47	890,74	63,73	357,60

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

.....

.....

.....

.....

.....