



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
2542	Ser topiony 22.5 g	1 s	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01030	Krupnik jęczm. lek.k.got. (ml)		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
1333	Ogonówka	40 g		Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Selery	20 g					Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Kasza jęczm.	25 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Sól	10 g						
	Chleb krojony	100 g					Jarzynka	2 g						
						07063	Ryba got.w jarzynach (g)							
							Filety rybne	100 g						
							Marchew	40 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 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]
10152,00	2424,00	79,83	30,78	335,92	46,99	93,99	17,85	681,64	46,51	385,50

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

.....

.....

.....

.....

.....