



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		010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01169	Krupnik ryżowy lekk. got. (porcja)		16026	Podwieczorek (sz) (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	100 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 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					Selery	20 g					Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g					Ryż	25 g					Chleb krojony	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Sól	10 g						
	Herbata	2 g					Jarzynka	2 g						
	Masło roślinne	10 g				03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
	Chleb krojony	100 g					Łopatka wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)							
							Marchew	100 g						
							Pietruszka	40 g						
							Selery	40 g						
							Jabłko	30 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłko	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]
11109.00	2654.00	65.25	23.14	375.97	56.89	119.86	16.31	722.45	54.57	439.90

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

.....

.....

.....

.....

.....