



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	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got. (porcja)		08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	50g	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10g		Mleko 2%	20g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Konc.pomidor.30%	30g	021	Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20g	22223	Masło roślinne	10g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Selery	20g					Chleb krojony	100 g
							Ryż	30g						
							S ó l	10g						
							Jarzynka	2g						
						02021	Gulasz wieprz.got. (g)							
							Łopatka wieprzowa	100g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09022	Fasolka szparagowa got. (g)							
							Margaryna	10g						
							Bułka tarta	5g						
							Fasolka szparag. kons.	150g						
						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]
10028.00	2396.00	68.23	22.85	342.14	49.95	118.68	16.72	736.20	49.98	476.40

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

