



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
1324	Poledwica wędz.	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		16025	Podwieczorek(k.sz)		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Kielbasa szynkowa	50 g		Ser twarog.	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g		Szczypior	5 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko 2%	20 g					Rzodkiewka	10 g
	Chleb krojony	100 g					Ziemniaki	150 g				1710	Herbata b/c, chleb, mr	
							Mąka pszenna	10 g					Herbata	2 g
							Sól	10 g					Masło roślinne	10 g
							Konc.pomidor.30%	20 g				3628	Chleb krojony	100 g
							Jarzyńka	2 g					Pomidory	50 g
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.							
							Filet kurczaka	100 g						
							Marchew	30 g						
							Mleko	40 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c							
							Marchew	100 g						
							Pietruszka	40 g						
							Selery	40 g						
							Jabłka	30 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 415 [kcal]			Wartość kaloryczna 266 [kcal]			Wartość kaloryczna 958 [kcal]			Wartość kaloryczna: 256 [kcal]			Wartość kaloryczna: 496 [kcal]		
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]
10000.00	2387.00	56.66	19.49	354.06	60.54	96.49	16.21	870.75	55.25	396.40

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

.....

.....

.....

.....

.....