



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
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem		01073	Manna na mleku got.		01180	Brokułowa lekk. got.		1027	Podwieczorek (o)		1339	Szynka babuni	60 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko	300 g		Brokuły	100 g		Ogonówka	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Kasza manna	30 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g					Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g					Marchew	50 g					Masło roślinne	10 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr						Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g					Selery	20 g						
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	5 g						
	Chleb krojony	100 g					Sól	10 g						
1624	Szynka kanapkowa	40 g					Jarzynka	5 g						
3628	Pomidory	50 g				02086	Suflet dr. pieczony							
3634	Salata ziel.	10 g					Kurczak ówiartka	200 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	10 g						
							Selery	10 g						
							Bułka tarta	5 g						
							Bułka 100g	0,2sz						
							Jaja	0,1s						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		469 [kcal]	Wartość kaloryczna		260 [kcal]	Wartość kaloryczna		1086 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [kcal]	Wartość kaloryczna:		410 [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 ]
10417.00	2490.00	51.13	17.44	340.05	56.32	93.79	16.21	2284.80	49.86	563.80

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	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

.....

.....

.....

.....

.....