



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
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01168	Grysikowa lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jajka	1 s		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Majonez	20 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Ziemniaki	150 g					Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Kasza manna	25 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Sól	10 g						
	Masło roślinne	10 g					Jarzynka	2 g						
3628	Pomidory	50 g				06104	Gulasz drobiowy got							
1327	Rozsponka	10 g					Kurczak ćwiartka	150 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Mąka pszenna	10 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09148	Salata ze śmiet.							
							Salata ziel.	100 g						
							Śmietana 18%	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		610 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		881 [kcal]	Wartość kaloryczna:		260 [kcal]	Wartość kaloryczna:		405 [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 ]
10135.00	2421.00	61.90	19.13	323.17	40.67	84.79	15.95	1501.80	49.37	378.30

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

.....

.....

.....

.....

.....