



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.		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		1027	Podwieczorek (o)		1212	Szynka drobiowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	40 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mąka pszenna	10 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g						
							Makaron nitka	25 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatka wieprzowa	100 g						
							Margaryna	5 g						
							Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	10 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Marchew	20 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09062	Jarzynki got.opr.							
							Margaryna	7 g						
							Marchew	80 g						
							Mąka pszenna	5 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna _____ [ kJ ]			Wartość kaloryczna _____ [ kJ ]			Wartość kaloryczna _____ [ kJ ]			Wartość kaloryczna: _____ [ kJ ]			Wartość kaloryczna: _____ [ kJ ]		
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 ]
9885.00	2360.00	67.06	20.64	345.73	49.06	111.36	16.61	1264.47	56.17	347.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>II Śniadanie</b>	Mleko
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Podwieczorek</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten

.....

.....

.....

.....

.....