



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
1212	Szynka drobiowa	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		16028	Podwieczorek (pol)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Buraki	100 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g					Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	5 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
							Selery	20 g						
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopátka 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						
						09148	Salata ze śmiet.							
							Salata ziel.	100 g						
							Śmietana 18%	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		411 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		866 [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 ]
9276.00	2215.00	61.83	20.69	321.98	41.83	104.77	16.93	666.95	45.95	454.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko 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

.....

.....

.....

.....

.....