



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.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		16028	Podwieczorek (pol)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Buraki	100 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszonka	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	5 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20 g						
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatką wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						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 399 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 991 [kcal]			Wartość kaloryczna: 264 [kcal]			Wartość kaloryczna: 415 [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]	[mg]	[g]	[mg]	
9776.00	2334.00	65.42	21.57	337.18	43.94	113.05	16.17	1296.45	49.91	425.50

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

.....

.....

.....

.....

.....