



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
0301	Bułka słodka	1 s				0112	Barszcz czerwony lekk.got		6302	Sok warz. owoc.	1s	1333	Ogonówka	40 g
3801	Dżem truskawkowy	50 g					Buraki	100 g				13103	Herbata,bułka 5.masło	
2105	Masło	10 g					Marchew	50 g					Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.						Mleko	40 g					Cukier	20 g
	Mleko	300 g					Mąka pszenna	5 g					Bułka 50 g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g					Pietruszka	20 g					Masło	10 g
17001	Herbata got.						Selery	20 g				01098	Płatki owsiane na mleku got.	
	Cukier	20 g					Ziemniaki	150 g					Mleko	300 g
	Herbata	2 g					S ó l	10 g					Płatki owsiane	30 g
							Jarzyńka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatką wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1s						
							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						
						09149	Marchewka got.opr.							
							Margaryna	5 g						
							Marchew	180 g						
							Cukier	5 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						13220	Kompot z jabłek got.							
							Jabłka	80 g						
							Cukier	20 g						
Wartość kaloryczna		595 [kcal]	Wartość kaloryczna		[kcal]	Wartość kaloryczna		1148 [kcal]	Wartość kaloryczna:		70 [kcal]	Wartość kaloryczna:		753 [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 ]
10739.00	2563.00	40.19	16.26	392.43	142.29	88.53	13.16	861.70	68.63	132.50

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

.....

.....

.....

.....

.....