



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
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		021	Chleb krojony	50g	1339	Szynka babuni	60 g
201	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Buraki	100g	22223	Masło roślinne	10g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g	08064	Twaróg z ml.mp		1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g					Mleko	40g		Ser twarog.	50g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mąka pszenna	5g		Mleko 2%	20g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	20g						
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
							02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym						
								Łopatka wieprzowa	100g					
								Jaja	0,1s					
								Mąka pszenna	30g					
								Margaryna zw.	5g					
								Marchew	20g					
								Pietruszka	10g					
								Selery	10g					
								Mleko	40g					
								Bułka 100g	0,2sz					
								Konc.pomidor.30%	30g					
							10131	Makaron got.						
								Makaron nitka	80g					
								Margaryna zw.	5g					
							09148	Salata ze śmiet.						
								Salata ziel.	100g					
								Śmietana 18%	20g					
							13219	Kompot z jabłek b/c got.						
								Jabłka	80g					
Wartość kaloryczna		511 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1060 [kcal]	Wartość kaloryczna:		277 [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 ]
10567.00	2525.00	79.87	26.12	341.35	46.93	121.99	15.52	1367.55	63.78	372.00

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

.....

.....

.....

.....

.....