



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
1333	Ogonówka	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Groszek kons.	20 g		Szynka gotowana	50g	3628	Pomidory	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g					Mleko 2%	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Marchew	50g					Chleb krojony	100 g
							Selery	20g						
							Pietruszka	20g						
							S ó l	10g						
							Jarzyńka	2g						
						2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.							
							Filet kurczaka	100g						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09022	Fasolka szparagowa got.							
							Margaryna	10g						
							Bułka tarta	5g						
							Fasolka szparag. kons.	150g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 415 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 894 [kcal]			Wartość kaloryczna: 260 [kcal]			Wartość kaloryczna: 580 [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]
10112.00	2414.00	57.98	17.67	350.77	42.08	94.78	17.43	984.20	47.48	475.20

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

.....

.....

.....

.....

.....