



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką		01073	Manna na mleku got.		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1027	Podwieczorek (o)		1343	Szynka gotowana	60 g
	Ser twarog.	100 g		Mleko	300 g		Groszek kons.	20 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Kasza manna	30 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Szczypior	5 g					Mleko 2%	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Rzodkiewka	10 g					Mąka pszenna	10 g					Masło roślinne	10 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Marchew	50 g					Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g					Selery	20 g						
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	20 g						
	Masło roślinne	10 g					Sól	10 g						
3628	Pomidory	50 g					Jarzyńska	2 g						
3634	Salata ziel.	10 g				02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką 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						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 482 [kcal]			Wartość kaloryczna 260 [kcal]			Wartość kaloryczna 1076 [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]
10429.00	2491.00	65.94	23.28	338.54	60.12	115.80	15.60	1360.45	55.64	408.10

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

.....

.....

.....

.....

.....