



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	50 g	01073	Manna na mleku got.		01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1324	Poledwica wędz.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 s		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	30 g		Szynka gotowana	50g	3635	Salata lodowa	50g
3628	Pomidory	50 g		Kasza manna	30 g		Makaron nitka	30g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g					Marchew	50g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
1708	Herbata b/c, chleb sł,mr						Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Herbata	2 g					Selery	20g					Chleb krojony	100g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mąka pszenna	10g						
	Masło roślinne	10 g					Mleko 2%	40g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
							06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym						
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
							09141	Ziemniaki got.						
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
							09148	Salata ze śmiet.						
							Salata ziel.	100g						
							Śmietana 18%	20g						
							13219	Kompot z jabłek b/c got.						
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		684 [kcal]	Wartość kaloryczna		260 [kcal]	Wartość kaloryczna		1046 [kcal]	Wartość kaloryczna:		260 [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]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11150.00	2664.00	81.43	33.75	321.80	48.35	102.11	17.99	1414.60	51.04	435.30

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

.....

.....

.....

.....

.....