



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	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01181	Selerowa lekk. z makaronem got.		16028	Podwieczorek (pol)		1336	Szynka mielona	60 g	
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Selery	100g		Polędwica wędz.	50g	3635	Salata lodowa	50g	
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	30g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr		
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Pietruszka	30g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g	
	Herbata	2 g					Mleko	40g					Masło roślinne	10g	
	Chleb stonecznikowy	100 g					Jarzyńka	5g					Chleb krojony	100g	
	Masło roślinne	10 g					Sól	10g							
							Mąka pszenna	5g							
							Makaron nitka	30g							
						07005	Ryba po grecku lekk.								
							Filety rybne	100g							
							Marchew	100g							
							Pietruszka	50g							
							Selery	50g							
							Konc.pomidor.30%	30g							
							Olej jadalny	20g							
							Mąka pszenna	20g							
						09141	Ziemniaki got.								
							Ziemniaki	300g							
							Mleko	15g							
						13219	Kompot z jabłek b/c got.								
							Jabłka	80g							
Wartość kaloryczna		567 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		988 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [kcal]	Wartość kaloryczna:		399 [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 ]
10398.00	2484.00	69.06	15.18	324.02	50.61	86.77	16.70	1477.15	51.21	310.80

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

.....

.....

.....

.....

.....