



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
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem		01098	Płatki owsiane na mleku got.		01182	Kalafirowa lekk got		16025	Podwieczorek(k.sz)		1343	Szynka gotowana	60 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Kielbasa szynkowa	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Płatki owsiane	30 g		Kalafior	130 g		Chleb krojony	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g					Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
	Szczypiork	5 g					Mleko 2%	40 g					Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Selery	20 g						
	Herbata	2 g					Jarzynka	2 g						
	Chleb słonecznikowy	100 g					S ó l	10 g						
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	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						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko							
							Kasza jęczm.	80 g						
							Margaryna	5 g						
						09147	Buraczki got. opr b/c							
							Buraki	180 g						
							Margaryna zw.	7 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
	Wartość kaloryczna	405 [kcal]		Wartość kaloryczna	267 [kcal]		Wartość kaloryczna	969 [kcal]		Wartość kaloryczna:	401 [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]	[mg]	[g]	[mg]	
10261.00	2452.00	69.47	22.22	329.66	45.06	99.42	15.38	1373.62	48.84	305.60

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

.....

.....

.....

.....

.....