



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
201	Jaja	1 s	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01038	Jarzynowa lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1343	Szynka gotowana	60 g
1333	Ogonówka	40 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	80 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g					Mąka pszenna	10 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr						Pietruszka	30 g					Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Selery	30 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mleko	40 g						
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g						
							S ó l	10 g						
							Jarzynka	2 g						
							100481	Makaron nitki got z serem (mar)						
								Makaron	100 g					
								Ser twarog.	100 g					
								Margaryna	20 g					
								13219	Kompot z jabłek b/c got.					
								Jabłka	80 g					
								021	Chleb krojony	50 g				
								3709	Pomarańcze	100 g				
Wartość kaloryczna		517 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1114 [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]
10764.00	2570.00	75.19	24.13	353.87	42.08	108.98	16.50	1259.80	43.84	384.00

POSILEK	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