



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
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01169	Krupnik ryżowy lekk. got.		16029	Podwieczorek (pol.dr)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
	Jajka	1 s		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica drobiowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wt.	30 g		Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Majonez	20 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g					Selery	20 g					Masło roślinne	10 g
1327	Roszponka	10 g					Ryż	25 g					Chleb krojony	100 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Sól	10 g						
	Herbata	2 g				2105	Bitki schabowy got. w sosie jarz.							
	Chleb słonecznikowy	100 g					Marchew	30 g						
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Schab b/k	100 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09148	Salata ze śmiet.							
							Salata ziel.	100 g						
							Śmietana 18%	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
						3709	Pomarańcze	100 g						
Wartość kaloryczna		610 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		905 [kcal]	Wartość kaloryczna:		248 [kcal]	Wartość kaloryczna:		579 [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]
10907.00	2603.00	61.21	18.98	341.39	42.01	109.25	16.17	1481.90	54.22	360.30

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Jajka Mleko Ryby 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

.....

.....

.....

.....

.....