



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
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01038	Jarzynowa lekk.got.		16025	Podwieczorek(k.sz)		1324	Poładwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g		Kielbasa szynkowa	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	80 g		Chleb krojony	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1708	Herbata b/c,chleb sl,mr						Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	30 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb stonecznikowy	100 g					Selery	30 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40 g						
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09157	Surówka z warzyw miesz. b/c							
							Marchew	100 g						
							Pietruszka	40 g						
							Selery	40 g						
							Jabłka	30 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		399 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1211 [kcal]	Wartość kaloryczna:		401 [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 ]
11265.00	2688.00	57.07	17.84	343.26	57.80	90.62	16.57	1523.90	56.08	408.00

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>II Śniadanie</b>	Mleko
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Podwieczorek</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

.....

.....

.....

.....

.....