



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
1212	Szynka drobiowa	50 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		0156	Ziemniaczana z makronem I.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1336	Szynka mielona	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 s		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Polędwica wędz.	50g	3635	Sałata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mleko 2%	40g					Masło roślinne	10g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10g					Chleb krojony	100g
	Chleb słonecznikowy	100 g				07005	Ziemniaki	150g						
	Masło roślinne	10 g					Makaron nitka	25g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						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		683 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		1097 [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 ]
11333.00	2706.00	94.52	31.08	353.26	50.53	99.63	19.04	1203.20	52.73	328.80

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

.....

.....

.....

.....

.....