



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
1343	Szynka gotowana	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01126	Koperkowa lekk.got.		021	Chleb krojony	50g	1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150g	22223	Masło roślinne	10g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	5g	08064	Twaróg z ml.mp		1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sl, mr						Koperek	10g		Ser twarog.	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Marchew	30g		Mleko 2%	20g		Masło roślinne	10g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	10g					Chleb krojony	100g
	Masło roślinne	10 g					Selery	10g						
							Mleko	40g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						02021	Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką wieprzowa	100g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						10020	Kasza jęczm. got.na sypko							
							Kasza jęczm.	80g						
							Margaryna	5g						
						09150	Marchewka got. z wody							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 399 [kcal]			Wartość kaloryczna 266 [kcal]			Wartość kaloryczna 912 [kcal]			Wartość kaloryczna: 277 [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 ]
9488.00	2268.00	66.70	21.91	325.12	52.56	100.72	16.11	1237.55	43.07	329.30

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

.....

.....

.....

.....

.....