



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	40 g				01126	Koperkowa lekk.got.		3310	Pierniki	50g	08064	Twaróg z ml.mp	
13103	Herbata,bulka 5.masło						Ziemniaki	150g					Ser twarog.	50g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	5g					Mleko 2%	20g
	Cukier	20 g					Koperek	10g				13103	Herbata,bulka 5.masło	
	Bulka 50 g	1 s					Marchew	30g					Herbata	2g
	Masło	10 g					Pietruszka	10g					Cukier	20g
01098	Płatki owsiane na mleku got.						Selery	10g					Bulka 50 g	1 sz
	Mleko	300 g					Mleko	40g					Masło	10g
	Płatki owsiane	30 g					S ó l	10g				01098	Płatki owsiane na mleku got.	
							Jarzynka	2g					Mleko	300g
						02021	Gulasz wieprz.got.						Płatki owsiane	30g
							Łopatkka 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						
						09009	Buraczki got.opr.							
							Buraki	180g						
							Margaryna	7g						
							Cukier	5g						
							Mąka pszenna	5g						
						13220	Kompot z jabłek got.							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
Wartość kaloryczna		750 [kcal]	Wartość kaloryczna		[kcal]	Wartość kaloryczna		1005 [kcal]	Wartość kaloryczna:		[kcal]	Wartość kaloryczna:		778 [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 ]
10599.00	2534.00	46.86	19.19	397.00	116.99	93.22	13.57	855.62	52.31	202.30

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Mleko Gluten

.....

.....

.....

.....

.....