



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
1339	Szynka babuni	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		16027	Podwieczorek (j)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Groszek kons.	20g		Jaja	1s	3635	Salata lodowa	50 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr			Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150g		Masło roślinne	10g	1708	Herbata b/c, chleb sł, mr	
	Herbata	2 g					Mleko 2%	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mąka pszenna	10g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Masło roślinne	10 g					Marchew	50g					Masło roślinne	10 g
							Selery	20g						
							Pietruszka	20g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200g						
							Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09166	Marchewka opr z groszkiem b/c got							
							Marchew	150g						
							Margaryna zw.	5g						
							Groszek kons.	20g						
							Mąka pszenna	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 397 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 1020 [kcal]			Wartość kaloryczna: 340 [kcal]			Wartość kaloryczna: 400 [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 ]	[ mg ]	[ g ]	[ mg ]	
10143.00	2421.00	65.56	19.41	331.96	50.36	92.96	15.71	1781.15	57.73	301.00

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

.....

.....

.....

.....

.....