



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
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		1028	Podwieczorek (sz.dr)		1339	Szynka babuni	60 g
	Jajka	1 s		Mleko	300 g		Buraki	100 g		Szynka drobiowa	50 g	3635	Sałata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1708	Herbata b/c,chleb sł,mr	
	Majonez	20 g					Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr						Mąka pszenna	5 g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	20 g						
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150 g						
3628	Pomidory	50 g					Sól	10 g						
1326	Szpinak	10 g					Jarzyńska	2 g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem							
							Makaron nitka	100 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
							Margaryna zw.	10 g						
							Łopatką wieprzowa	100 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
						021	Chleb krojony	50 g						
						3709	Pomarańcze	100 g						
Wartość kaloryczna 610 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 1053 [kcal]			Wartość kaloryczna: 259 [kcal]			Wartość kaloryczna: 395 [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]	
10817.00	2585.00	74.50	21.92	347.33	38.57	112.16	15.95	1763.05	58.42	326.00

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