



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
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01168	Grycikowa lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1708	Herbata b/c,chleb sł,mr	
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr						Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Ziemniaki	150 g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Kasza manna	25 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						07005	Ryba po grecku lekk.							
							Filety rybne	100 g						
							Marchew	100 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
							Konc.pomidor.30%	30 g						
							Olej jadalny	20 g						
							Mąka pszenna	20 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
						3702	Banany	100 g						
Wartość kaloryczna		567 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		1037 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [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]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10599.00	2531.00	69.31	14.85	335.67	48.23	88.75	16.47	2093.30	48.66	266.30

POSILEK	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

.....

.....

.....

.....

.....