



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	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01166	Solferino lekk. got.		021	Chleb krojony	50g	1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g	22223	Masło roślinne	10g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Selery	20g	08064	Twaróg z ml.mp		1708	Herbata b/c, chleb sł, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Pietruszka	20g		Ser twarog.	50g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	20g		Mleko 2%	20g		Chleb słonecznikowy	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Ziemniaki	150g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g						
							Sól	10g						
							Konc.pomidor.30%	20g						
							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				
									09022	Fasolka szparagowa got.				
										Margaryna	10g			
										Bulka tarta	5g			
										Fasolka szparag. kons.	150g			
										13219	Kompot z jabłek b/c got.			
											Jabłka	80g		
	Wartość kaloryczna	399 [kcal]		Wartość kaloryczna	267 [kcal]		Wartość kaloryczna	1154 [kcal]		Wartość kaloryczna:	277 [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]
10445.00	2494.00	62.06	18.98	341.81	47.90	98.80	16.26	1827.70	47.95	409.90

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

.....

.....

.....

.....

.....