



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
1209	Poledwica drobiowa	40 g	01073	Manna na mleku got.		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1336	Szynka mielona	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1708	Herbata b/c, chleb sł.mr	
	Mleko 2%	20 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g					Mleko 2%	40 g					Chleb słonecznikowy	100 g
3634	Salata ziel.	10 g					Mąka pszenna	10 g					Masło roślinne	10 g
1708	Herbata b/c, chleb sł.mr						Ziemniaki	150 g						
	Herbata	2 g					Makaron nitka	25 g						
	Chleb słonecznikowy	100 g					S ó l	10 g						
	Masło roślinne	10 g					Jarzynka	2 g						
						02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym							
							Łopatką wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	20 g						
							Pietruszka	10 g						
							Selery	10 g						
							Mleko	40 g						
							Bułka 100g	0,2 sz						
							Konc.pomidor.30%	30 g						
							Pomidory pelati	80 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09148	Salata ze śmiet.							
							Salata ziel.	100 g						
							Śmietana 18%	20 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 440 [kcal]			Wartość kaloryczna 260 [kcal]			Wartość kaloryczna 1174 [kcal]			Wartość kaloryczna: 260 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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 ]
10539.00	2519.00	66.82	22.27	352.79	48.98	118.73	16.20	1949.50	55.26	397.70

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>II Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Podwieczorek</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

.....

.....

.....

.....

.....