



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.		16027	Podwieczorek (j)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Jaja	1s	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Selery	20g		Masło roślinne	10g	1708	Herbata b/c, chleb sł, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
	Herbata	2 g					Mleko 2%	20g					Chleb słonecznikowy	100g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Ziemniaki	150g					Masło roślinne	10g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10g						
							Sól	10g						
							Konc.pomidor.30%	20g						
							Jarzyńka	2g						
						02086	Suflet dr. pieczony							
							Kurczak ćwiartka	200g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	10g						
							Selery	10g						
							Bulka tarta	5g						
							Bulka 100g	0,2sz						
							Jaja	0,1s						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09062	Jarzyńki got.opr.							
							Margaryna	7g						
							Marchew	80g						
							Mąka pszenna	5g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		399 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1009 [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]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10104.00	2413.00	63.48	18.29	321.54	48.66	92.27	15.65	1783.07	55.08	304.90

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

.....

.....

.....

.....

.....