



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
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	3628	Pomidory	50 g
1708	Herbata b/c, chleb s1, mr			Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1709	Herbata, chleb s1, mr	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Mleko 2%	40 g					Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g					Mąka pszenna	10 g					Masło roślinne	10 g
							Ziemiaki	150 g					Chleb słonecznikowy	100 g
							Makaron nitka	25 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatką wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1 s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2 sz						
						09141	Ziemiaki got.							
							Ziemiaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09147	Buraczki got. opr b/c							
							Buraki	180 g						
							Margaryna zw.	7 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		395 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1133 [kcal]	Wartość kaloryczna:		260 [kcal]	Wartość kaloryczna:		482 [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]
10622.00	2536.00	69.05	21.40	380.10	62.88	114.50	16.09	1986.57	54.39	354.10

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

.....

.....

.....

.....

.....