



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.		01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Polędwica wędz.	50g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50g		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					Selery	20g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Kasza jęczm.	25g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						07005	Ryba po grecku lekk.							
							Filety rybne	100g						
							Marchew	100g						
							Pietruszka	50g						
							Selery	50g						
							Konc.pomidor.30%	30g						
							Olej jadalny	20g						
							Mąka pszenna	20g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		567 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		1029 [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]	[mg]	[g]	[mg]	
10568.00	2524.00	68.98	14.81	335.24	48.20	86.38	16.47	1991.80	48.06	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