



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.		01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got.		1027	Podwieczorek (o)		1324	Poładwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Ogonówka	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g	1708	Herbata b/c,chleb sł,mr	
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr						Konc.pomidor.30%	30 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20 g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	20 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Ryż	30 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
							Mleko 2%	40 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 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		399 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		1038 [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 ]	[ g ]	[ mg ]	[ g ]	[ mg ]
9908.00	2366.00	58.28	18.24	312.20	48.34	92.15	15.81	1833.10	46.39	381.00

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

.....

.....

.....

.....

.....