



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
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		1028	Podwieczorek (sz.dr)		1339	Szynka babuni	60 g
	Jajka	1 s		Mleko	300 g		Buraki	100g		Szynka drobiowa	50g	3635	Sałata lodowa	50g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1708	Herbata b/c, chleb sł.mr	
	Majonez	20 g					Mleko	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
1708	Herbata b/c, chleb sł.mr						Mąka pszenna	5g					Chleb słonecznikowy	100g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Masło roślinne	10g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	20g						
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150g						
3628	Pomidory	50 g					Sól	10g						
1326	Szpinak	10 g					Jarzyńka	2g						
						10123	Makaron nitki got. z mięsem							
							Makaron nitka	100g						
							Marchew	20g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Margaryna zw.	10g						
							Łopatką wieprzowa	100g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
						021	Chleb krojony	50g						
						0304	Paluszki solone	0,3op						
Wartość kaloryczna 610 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 1138 [kcal]			Wartość kaloryczna: 259 [kcal]			Wartość kaloryczna: 395 [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 ]
11171.00	2669.00	75.97	22.19	361.79	38.66	115.13	16.77	1765.15	58.42	326.00

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