



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką		01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		16026	Podwieczorek (sz) (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Mleko	400 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Szczypior	5 g					Selery	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Rzodkiewka	10 g					Ziemniaki	150g					Masło roślinne	10 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Makaron nitka	25g					Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g					Jarzynka	2g						
	Masło roślinne	10 g				06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)							
3628	Chleb krojony	100 g					Kurczak	200g						
	Pomidory	50 g					Marchew	30g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Mąka pszenna	20g						
							Mleko 2%	40g						
							Margaryna zw.	5g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80g						
						3615	Kalafior	50g						
						3647	Brokuły	50g						
						3622	Marchew	50g						
Wartość kaloryczna _____ [cal]			Wartość kaloryczna _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]			Wartość kaloryczna: _____ [cal]		
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	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10279.00	2455.00	55.64	18.42	352.59	54.61	98.74	15.69	1615.45	57.91	388.90

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

