



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
201	Jaja	2 s	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		16026	Podwieczorek (sz) (porcja)		1324	Poławdwa wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Buraki	100 g		Szyna gotowana	50g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)						Mleko	40 g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	5 g					Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g					Selery	20 g						
							Ziemniaki	150 g						
							S ó l	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						07063	Ryba got.w jarzynach (g)							
							Filety rybne	100 g						
							Marchew	40 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09062	Jarzyńki got.opr. (g)							
							Margaryna	7 g						
							Marchew	80 g						
							Mąka pszenna	5 g						
							Pietruszka	50 g						
							Selery	50 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 g						
						3809	Jabłka	200 g						
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	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10228.00	2443.00	70.67	21.84	358.06	71.62	103.37	16.25	704.12	78.37	366.30

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

