



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
2541	Ser topiony	50 g	01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		1028	Podwieczorek (sz.dr) (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Szynka drobiowa	50g	3635	Salata lodowa	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g					Selery	20g					Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g					Kasza jęczm.	25g					Chleb krojony	100 g
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						07063	Ryba got.w jarzynach (g)							
							Filety rybne	100g						
							Marchew	40g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09164	Marchewka opr.got.b/c (porcja)							
							Marchew	180g						
							Margaryna zw.	5g						
							Mąka pszenna	5g						
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]
9060.00	2162.00	61.89	22.70	328.43	43.78	78.29	16.78	619.85	43.63	364.50

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