



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	01073	Manna na mleku got. (porcja)		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		16028	Podwieczorek (pol) (porcja)		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Polędwica wędz.	50 g		Ser twarog.	100 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr (s)			Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g					Selery	20 g		Chleb krojony	50 g		Szczypior	5 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Ziemniaki	150 g					Rzodkiewka	10 g
	Masło roślinne	10 g					Makaron nitka	25 g				1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
							Jarzynka	2 g					Herbata	2 g
							Sól	10 g					Masło roślinne	10 g
						07063	Ryba got.w jarzynach (g)						Chleb krojony	100 g
							Filety rybne	100 g				3628	Pomidory	50 g
							Marchew	40 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
						09147	Buraczki got. opr b/c (porcja)							
							Buraki	180 g						
							Margaryna zw.	7 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						09141	Ziemniaki got. (g)							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)							
							Jabłka	80 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	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
9895.00	2362.00	70.13	22.19	334.29	43.07	105.09	14.75	1211.62	59.50	285.90

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

