



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
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem		01098	Płatki owsiane na mleku got.		01126	Koperkowa lekk.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	5 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g					Koperek	10 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g					Marchew	30 g					Masło roślinne	10 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr						Pietruszka	10 g					Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g					Selery	10 g						
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40 g						
	Chleb krojony	100 g					S ó l	10 g						
3628	Pomidory	50 g					Jarzyńska	2 g						
						06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym							
							Kurczak	200 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Margaryna zw.	5 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09147	Buraczki got. opr b/c							
							Buraki	180 g						
							Margaryna zw.	7 g						
							Mąka pszenna	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 420 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 975 [kcal]			Wartość kaloryczna: 260 [kcal]			Wartość kaloryczna: 415 [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]
9782.00	2336.00	55.18	17.82	335.31	42.49	84.58	15.18	641.57	45.61	369.90

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

.....

.....

.....

.....