



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
1331	Frankfurterki	30 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got		16028	Podwieczorek (pol)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Buraki	100 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszpionka	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
08064	Twaróg z ml.mp						Mleko	40 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g					Mąka pszenna	5 g					Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	20 g					Pietruszka	20 g					Chleb krojony	100 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Selery	20 g						
	Herbata	2 g				07063	Ryba got.w jarzynach							
	Chleb słonecznikowy	100 g					Filety rybne	100 g						
	Masło roślinne	10 g					Marchew	40 g						
							Pietruszka	20 g						
							Selery	20 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c							
							Margaryna	5 g						
							Marchew	150 g						
							Bułka tarta	5 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		404 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		703 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [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 ]
8589.00	2051.00	51.51	15.83	321.61	49.97	84.61	15.30	1180.25	46.51	307.20

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

.....

.....

.....

.....

.....