



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
1343	Szynka gotowana	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01038	Jarzynowa lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g		Polędwica wędz.	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszpunka	10 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	80 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mąka pszenna	10 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	30 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	30 g					Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40 g						
							Ziemniaki	150 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						07004	Ryba po grecku							
							Filety rybne	100 g						
							Cebula	30 g						
							Konc.pomidor.30%	30 g						
							Marchew	100 g						
							Pory	20 g						
							Pietruszka	50 g						
							Mąka pszenna	20 g						
							Olej jadalny	30 g						
							Selery	50 g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna 399 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 1164 [kcal]			Wartość kaloryczna: 264 [kcal]			Wartość kaloryczna: 579 [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	Łonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11185.00	2669.00	79.51	16.09	337.81	54.66	89.12	16.39	1524.60	52.81	352.80

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

.....

.....

.....

.....

.....