



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
1212	Szynka drobiowa	50 g	01073	Manna na mleku got.		0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		16026	Podwieczorek (sz)		1324	Poładwica wędz.	60 g
201	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Marchew	50 g		Szynka gotowana	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g					Pietruszka	20 g		Chleb krojony	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mleko 2%	40 g					Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g					Mąka pszenna	10 g					Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g				07004	Ziemniaki	150 g						
	Masło roślinne	10 g					Makaron nitka	25 g						
							Sól	10 g						
							Jarzyńka	2 g						
						09141	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						
						13219	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
							Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		525 [kcal]	Wartość kaloryczna		260 [kcal]	Wartość kaloryczna		1200 [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]
11127.00	2658.00	87.11	18.65	354.33	50.79	101.26	16.48	1358.50	61.48	358.10

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

.....

.....

.....

.....

.....