



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
1333	Ogonówka	60 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01180	Brokułowa lekk. got.		16026	Podwieczorek (sz)		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	300 g		Brokuły	100g		Szynka gotowana	50g		Ser twarog.	100g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Płatki owsiane	30 g		Mleko	40g		Masło roślinne	10g		Mleko 2%	40g
	Herbata	2 g					Ziemniaki	150g		Chleb krojony	50g		Szczypior	5g
	Masło roślinne	10 g					Marchew	50g					Rzodkiewka	10g
	Chleb krojony	100 g					Pietruszka	20g					Pomidory	50g
							Selery	20g					Herbata b/c, chleb, mr	
							Mąka pszenna	5g					Herbata	2g
							Sól	10g					Masło roślinne	10g
							Jarzyńka	5g					Chleb krojony	100g
							2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.						
							Marchew	30g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	20g						
							Pietruszka	30g						
							Selery	30g						
							Schab b/k	100g						
							09141	Ziemniaki got.						
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
							09164	Marchewka opr.got.b/c						
							Marchew	180g						
							Margaryna zw.	5g						
							Mąka pszenna	5g						
							13219	Kompot z jabłek b/c got.						
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		415 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		911 [kcal]	Wartość kaloryczna:		260 [kcal]	Wartość kaloryczna:		496 [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 ]
9829.00	2347.00	58.11	19.67	349.18	58.16	122.70	15.86	2189.95	56.03	449.90

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

.....

.....

.....

.....

.....