



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	40 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		16028	Podwieczorek (pol)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Mleko	300 g		Groszek kons.	20 g		Polędwica wędz.	50g	3635	Sałata lodowa	50g
	Ser twarog.	50 g		Płatki owsiane	30 g		Ziemiaki	150g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Mleko 2%	20 g					Mleko 2%	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
3628	Pomidory	50 g					Mąka pszenna	10g					Masło roślinne	10g
1327	Roszpinka	10 g					Marchew	50g					Chleb krojony	100g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Selery	20g						
	Herbata	2 g				07063	Ryba got.w jarzynach							
	Chleb słonecznikowy	100g					Filety rybne	100g						
	Masło roślinne	10 g					Marchew	40g						
							Pietruszka	20g						
							Sól	10g						
							Jarzynka	2g						
						09141	Ziemiaki got.							
							Ziemiaki	300g						
							Mleko	15g						
						09147	Buraczki got. opr b/c							
							Buraki	180g						
							Margaryna zw.	7g						
							Mąka pszenna	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		451 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		719 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [kcal]	Wartość kaloryczna:		410 [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 ]
8834.00	2108.00	54.88	16.89	320.17	42.49	89.20	15.80	1192.77	43.78	342.90

POSILEK	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

.....

.....

.....

.....

.....