



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
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01098	Płatki owsiane na mleku got.		0112	Barszcz czerwony lekk.got.		1027	Podwieczorek (o)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
	Jaja	1 s		Mleko	300 g		Buraki	100g		Ogonówka	50g	3635	Salata lodowa	50g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Płatki owsiane	30 g		Marchew	50g		Masło roślinne	10g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Majonez	20 g					Mleko	40g		Chleb krojony	50g		Herbata	2g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Mąka pszenna	5g					Masło roślinne	10g
	Herbata	2 g					Pietruszka	20g					Chleb krojony	100g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	20g						
	Masło roślinne	10 g					Ziemniaki	150g						
3628	Pomidory	50 g					Sól	10g						
3634	Salata ziel.	10 g				02021	Jarzyńka	2g						
							Gulasz wieprz.got.							
							Łopatką wieprzowa	100g						
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						09061	Marchewka got. z wody b/c							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bulka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna		610 [kcal]	Wartość kaloryczna		267 [kcal]	Wartość kaloryczna		913 [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]
10310.00	2462.00	71.54	22.32	327.59	48.41	108.63	15.85	1216.25	56.86	338.40

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

.....

.....

.....

.....

.....