



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	40 g				0156	Ziemniaczana z makronem I.got.		2542	Ser topiony 22.5 g	1sz	1324	Poładwica wędz.	40 g
13103	Herbata,bułka 5.masło						Marchew	50g				13103	Herbata,bułka 5.masło	
	Herbata	2 g					Selery	20g					Herbata	2g
	Cukier	20 g					Pietruszka	20g					Cukier	20g
	Bułka 50 g	1 s					Mleko 2%	40g					Bułka 50 g	1sz
	Masło	10 g					Mąka pszenna	10g					Masło	10g
01098	Płatki owsiane na mleku got.						Ziemniaki	150g				010981	Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Mleko	300 g					Makaron nitka	25g					Mleko	300g
	Płatki owsiane	30 g					S ó l	10g					Płatki jęczmienne	30g
						02021	Jarzynka	2g				01098	Płatki owsiane na mleku got.	
							Gulasz wieprz.got.						Mleko	300g
							Łopátka wieprzowa	100g					Płatki owsiane	30g
							Margaryna	5g						
							Mleko	40g						
							Mąka pszenna	10g						
							Pietruszka	20g						
							Selery	20g						
							Marchew	20g						
						09150	Marchewka got. z wody							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Cukier	5g						
							Bułka tarta	5g						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300g						
							Mleko	15g						
						13220	Kompot z jabłek got.							
							Jabłka	80g						
							Cukier	20g						
Wartość kaloryczna		750 [kcal]	Wartość kaloryczna		[kcal]	Wartość kaloryczna		1097 [kcal]	Wartość kaloryczna:		297 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1018 [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]
13230.00	3161.00	76.31	36.81	463.41	141.37	130.04	17.53	1011.00	82.60	235.20

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

.....

.....

.....

.....

.....