



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
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką Ser twarog. Mleko 2% Szczypior Rzodkiewka	100 g 40 g 5 g 10 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	01169	Krupnik ryżowy lekk. got. Ziemniaki Marchew Pietruszka Selery Ryż Sól Jarzynka	150 g 50 g 20 g 20 g 25 g 10 g 2 g	16027	Podwieczorek (j) Jaja Masło roślinne Chleb krojony	1s 10g 50g	07123	Ryba got. w galarecie Filety rybne Żelatyna spoż. Cytryny Marchew Pietruszka Selery	100g 10g 0,5g 20g 20g 20g
1710	Herbata b/c, chleb, mr Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2 g 10 g 100 g				07063	Ryba got.w jarzynach Filety rybne Marchew Pietruszka Selery	100g 40g 20g 20g				09090	Salatka jarzynowa Groszek kons. Majonez Musztarda Śmietana Ziemniaki Jabłka Marchew Jaja Ogórki kwasz. Cebula Pietruszka Selery	20g 20g 10g 20g 60g 20g 70g 0,3s 20g 10g 30g 30g
3628	Pomidory	50 g				09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300g 15g				01176	Barszcz czerw. got.czysty Buraki Marchew Pietruszka Selery Cukier Kostka rosółowa Cebula Jarzynka Sól	160g 50g 20g 20g 5g 10g 10g 2g 10g
						09062	Jarzyńki got.opr. Margaryna Marchew Mąka pszenna Pietruszka Selery	7g 80g 5g 50g 50g				1710	Herbata b/c, chleb, mr Herbata Masło roślinne Chleb krojony	2g 10g 100g
						13219	Kompot z jabłek b/c got. Jabłka	80g				0304	Paluszki solone	0,3op
Wartość kaloryczna 496 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna 266 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna 752 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 340 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1014 [kcal] 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]
11994.00	2861.00	67.20	21.96	430.52	73.44	104.84	32.32	713.22	64.98	395.50

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

.....

.....

.....

.....

.....