



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAŁ			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	50 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.		01126	Koperkowa lekk.got.		16027	Podwieczorek (j)		1324	Poledwica wędz.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 s		Mleko	300 g		Ziemniaki	150g		Jaja	1s	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	5g		Masło roślinne	10g	1708	Herbata b/c, chleb sł, mr	
3634	Salata ziel.	10 g					Koperek	10g		Chleb krojony	50g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr						Marchew	30g					Chleb słonecznikowy	100 g
	Herbata	2 g					Pietruszka	10g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Selery	10g						
	Masło roślinne	10 g					Mleko	40g						
							Sól	10g						
							Jarzyńka	2g						
						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						
						09061	Marchewka got. z wody b/c							
							Margaryna	5g						
							Marchew	150g						
							Bułka tarta	5g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80g						
Wartość kaloryczna 684 [kcal]			Wartość kaloryczna 267 [kcal]			Wartość kaloryczna 858 [kcal]			Wartość kaloryczna: 340 [kcal]			Wartość kaloryczna: 400 [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]
10664.00	2547.00	92.72	35.87	322.14	49.61	126.07	17.76	1822.55	59.39	296.20

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

.....

.....

.....

.....

.....