



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got. (ml)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 639 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1153 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [kcal]		
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]
9103	2176	48.55	17.05	344.58	95.23	67.60	14.20	782.50	32.54	184.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten