



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidor	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzyanka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				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: 650 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1168 [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]
9209	2201	49.03	17.26	346.68	95.23	69.58	13.89	805.30	32.96	200.30

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