



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	60 g	01041	Kalafiorowa zabel.got. (ml)		1320	Kiełbasa śląska	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Cebula	20 g			
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Mąka pszenna	10 g			
	Herbata	2 g		Kości	50 g			
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g			
	Chleb krojony	100 g		Kalafior	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Pory	10 g			
	Mleko	400 g		Selery	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10048	Makaron got. z serem (sł) (porcja)				
				Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		842 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1078 [kcal]	Wartość kaloryczna:		113 [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]
8507	2033	53,01	20,03	292,00	80,83	66,00	13,23	931,50	46,03	288,40

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