



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
				S ó l	10 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
				Jarzynka	2 g			
			06104	Gulasz drobiowy got (porcja)				
				Kurczak ćwiartka	150 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			10101	Ryż got.na sypko (g)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09149	Marchewka got.opr. (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		381 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1065 [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]
7655	1830	36.55	10.79	286.42	96.78	44.59	12.53	760.67	27.91	138.70

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