



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidor	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Kasza manna	30 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	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	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 644 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1181 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
9201	2199	49.29	16.93	349.09	98.64	67.32	13.68	1145.30	36.22	179.30

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