



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3635	Salata lodowa	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bulka 100g	1 sz	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
	Masło roślinne	10 g		Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jablka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		818 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1146 [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 ]
9825	2348	54.62	16.55	336.81	116.42	71.38	12.83	836.94	62.15	136.30

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten