



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	40 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Cukier	20 g		Jarzyanka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Obwarzanek	1 sz		Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 473 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1150 [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 ]
8399	2007	48.15	16.55	314.18	105.42	77.92	12.38	897.37	50.73	115.50

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