



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA					
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma			
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01126	Koperkowa lekk.got. (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g			
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g			
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)				
13233	Bagietka,herbata,mr (porcja)			Koperek	10 g		Herbata	2 g			
	Bagietka	1 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	10 g		Bułka 100g	1 sz			
	Herbata	2 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g			
	Cukier	20 g		Mleko	40 g						
01073	Manna na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g						
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g						
	Kasza manna	30 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
				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						
			09141	Ziemniaki got. (g)							
				Ziemniaki	300 g						
				Mleko	15 g						
			09150	Marchewka got. z wody (g)							
				Margaryna	5 g						
				Marchew	150 g						
				Cukier	5 g						
				Bułka tarta	5 g						
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
				Jabłka	80 g						
				Cukier	20 g						
		Wartość kaloryczna:	769 [kcal]			Wartość kaloryczna:	1098 [kcal]			Wartość kaloryczna:	379 [kcal]
		Wartość zestawu:	4,49 [zł]			Wartość zestawu:	5,32 [zł]			Wartość zestawu:	3,16 [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 ]
9399	2246	50.06	16.79	362.97	110.54	86.35	14.23	1236.25	52.21	200.60

<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