



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
1343	Szynka gotowana	60 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got. (ml)					
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g				
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Makaron nitka	30 g				
	Herbata	2 g		Marchew	50 g				
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g				
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g				
	Maslo roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g				
				Mleko 2%	40 g				
				S ó l	10 g				
				Jarzynka	2 g				
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)					
				Marchew	30 g				
				Mleko	40 g				
				Mąka pszenna	20 g				
				Pietruszka	30 g				
				Selery	30 g				
				Schab b/k	100 g				
			09141	Ziemniaki got. (g)					
				Ziemniaki	300 g				
				Mleko	15 g				
			09062	Jarzynki got.opr. (g)					
				Margaryna	7 g				
				Marchew	80 g				
				Mąka pszenna	5 g				
				Pietruszka	50 g				
				Selery	50 g				
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)					
				Jablka	80 g				
				Cukier	20 g				
Wartość kaloryczna:		379 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1006 [kcal]	Wartość kaloryczna:			[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]
5795	1385	24.59	7.82	234.39	74.18	59.25	11.77	585.37	41.52	87.20

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