



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		1209	Poledwica drobiowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g	3634	Salata ziel.	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Herbata	2 g
	Bułka 100g	1 sz		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz
				Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
				Bułka 50 g	1 sz			
			02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got.opr. (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		381 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1182 [kcal]	Wartość kaloryczna:		366 [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 ]
8070	1929	40.39	12.29	315.31	98.90	72.12	13.95	881.15	32.23	219.80

<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