



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			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		381 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1333 [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]
8702	2080	40.61	13.26	317.48	103.91	71.98	13.89	900.70	34.31	289.80

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