



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Marchew	80 g	3634	Salata ziel.	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Selery	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g		Bulka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 643 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1283 [kcal]			Wartość kaloryczna: 383 [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]
9661	2309	49.55	17.67	365.76	99.18	74.08	13.53	936.50	35.92	200.30

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten