



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		01168	Grysikowa lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mielonka wp	40 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3634	Salata ziel.	10 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bulka,mr			Kasza manna	25 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bulka 100g	1 sz	02021	Gulasz wieprz.got.				
	Masło roślinne	10 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Margaryna	5 g			
	Mleko	300 g		Mleko	40 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got.opr.				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 775 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1046 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
9184	2195	59.08	19.28	329.68	109.60	82.37	13.37	1065.75	56.29	80.50

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