



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	60 g	01038	Jarzynowa lekk. got.		1336	Szynka mielona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
17025	Herbata,bułka,mr			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
				Makaron nitka	100 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna:		645 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1385 [kcal]	Wartość kaloryczna:		368 [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]
10037	2399	51.49	16.24	388.35	98.99	87.97	14.95	1071.10	53.48	163.10

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