



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1324	Półdewica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bulka,mr			Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Herbata	2 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
				Pietruszka	20 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02021	Gulasz wieprz.got.				
				Łopatką 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.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 588 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1024 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
8351	1996	58.93	18.21	281.50	90.60	79.84	12.39	687.07	49.94	99.10

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