



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	01112	Pomidorowa z ryżem got.		1620	Golonka prasowana	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3627	Papryka św.	50 g
017	Obwarzanek	1 sz		Ryż	30 g	17011	Herbata,chleb,mr	
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
1327	Roszpinka	10 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g			
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
			02043	Kotlet mielony smażony				
				Mięso wieprz.gulaszowe	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
Wartość kaloryczna: 578 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1148 [kcal]			Wartość kaloryczna: 428 [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]
9013	2154	71,80	30,34	303,85	103,68	46,91	13,19	795,57	39,98	244,00

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