



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Mleko 2%	20 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
				S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
				Konc.pomidor.30%	20 g	3628	Pomidory	50 g
				Jarzynka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 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:		384 [kcal]	Wartość kaloryczna:		907 [kcal]	Wartość kaloryczna:		461 [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]
7327	1751	36.55	11.99	296.07	98.84	55.95	11.73	697.97	37.45	99.10

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