



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01168	Grysikowa lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
17025	Herbata,bulka,mr			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kasza manna	25 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		02021	Gulasz wieprz.got.				
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 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			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 648 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1037 [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]
8654	2068	46.87	16.09	329.34	108.13	78.11	13.52	931.20	47.26	157.60

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