



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
1406	Salceson czarny	10 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr	
17025	Herbata,bulka,mr			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g	2105	Jarzyńka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		679 [kcal]	Wartość kaloryczna:		979 [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 ]
8541	2041	43.38	14.27	313.05	98.81	80.46	13.63	774.80	49.22	115.60

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten