



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	50 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 g		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 936 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1336 [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 ]
11109	2655	52.61	18.84	378.59	120.95	84.11	13.96	1050.20	52.29	264.00

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten