



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bułka,mr			Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz		Makaron nitka	25 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
				S ó l	10 g			
			02021	Gulasz wieprz.got.				
				Łopátka wieprzowa	100 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			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		381 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1041 [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]
7556	1806	39.79	12.28	291.17	93.03	65.47	12.69	772.80	35.11	157.60

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