



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	40 g	01043	Koperkowa got.		1339	Szynka babuni	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
13234	Bagietka, kawa ml, mr			Kości	50 g		Cukier	20 g
	Bagietka	1 sz		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Kawa inka	3 g		Selery	10 g			
	Cukier	20 g		Pory	10 g			
	Mleko 2%	300 g		Pietruszka	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			07004	Ryba po grecku				
				Filety rybne	100 g			
				Cebula	30 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Marchew	100 g			
				Pory	20 g			
				Pietruszka	50 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	30 g			
				Selery	50 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		779 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1179 [kcal]	Wartość kaloryczna:		500 [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]
10279	2457	75.59	19.72	346.19	108.34	75.64	15.20	1329.85	50.30	392.00

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