



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1339	Szynka babuni	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bulka,mr			Marchew	50 g	3634	Salata ziel.	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	40 g		Bulka 100g	1 sz
				Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
				Jarzynka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		384 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1107 [kcal]	Wartość kaloryczna:		383 [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]
7836	1873	33.07	9.87	290.65	88.93	44.69	12.28	759.67	30.56	153.70

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