



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	40 g	01007	Barszcz czerw.zabiel.got.		1339	Szynka babuni	60 g
201	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3627	Papryka św.	50 g
018	Bulka 50 g	2 sz		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	5 g			
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Mleko	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
			10131	Makaron got.				
				Makaron nitka	80 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1185 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1160 [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]
11901	2844	71,97	25,00	439,15	104,30	116,39	15,97	1010,55	67,11	458,30

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