



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got.		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Mąka pszenna	10 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Konc.pomidor.30%	30 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Ryż	30 g		Bulka 100g	1 sz
				S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
				Jarzyńska	2 g	3628	Pomidory	50 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			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk.				
				Jabłko	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 379 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1236 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [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]
8686	2076	35.20	12.42	295.79	107.59	53.53	11.80	771.20	34.82	195.20

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