



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0303	Drożdżówka 50g	1 sz	01166	Solferino lekk. got.		1336	Szynka mielona	60 g
1209	Poledwica drobiowa	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	300 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Płatki owsiane	30 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 935 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1409 [kcal]			Wartość kaloryczna: 368 [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 ]
11347	2712	54.04	18.65	375.57	119.40	85.16	14.12	922.92	49.65	255.90

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorczyca Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten