



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0303	Drożdżówka 50g	1 sz	01165	Solferino got.		1336	Szynka mielona	60 g
1351	Kiebasa salami	40 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1326	Szpinak	20 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Konc.pomidor.30%	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Płatki owsiane	30 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
021	Chleb krojony	50 g		Mąka pszenna	10 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana 18%	20 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	09159	Surówka z marchewki i chrzanu				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				Łopatką 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			
			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: 909 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1425 [kcal]			Wartość kaloryczna: 488 [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]
11812	2823	57,52	20,66	369,61	117,00	80,34	14,18	1022,42	48,09	393,00

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten