



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	14010	Brokułowa		1340	Lunchmeat	60 g
201	Jaja	1 s		Mąka pszenna	5 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g		S ó l	10 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr			Jarzyńka	5 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Brokuły	100 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Kasza manna	30 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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Pomidory pelati	80 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		982 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1245 [kcal]	Wartość kaloryczna:		505 [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]
11431	2732	78.61	27.94	377.45	104.15	104.15	15.42	2617.67	56.61	485.10

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