



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
	Jaja	1 s		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Majonez	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	02046	Kopytka got z marg.				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mąka pszenna	80 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	400 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jaja	0,3 s			
				Margaryna zw.	20 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna:		861 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1539 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
11628	2779	57.96	18.41	444.84	93.90	75.26	12.92	781.00	55.94	199.30

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