



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got.		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
	Jaja	1 s		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Majonez	20 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Groszek kons.	20 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	02047	Kopytka ziemniaczane				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemniaki	400 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	80 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka ziemn.	30 g			
				Jaja	0,3 s			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna:		971 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1310 [kcal]	Wartość kaloryczna:		614 [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]
12109	2894	77,20	24,88	433,32	94,58	88,77	15,10	1123,40	59,42	372,10

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