



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01182	Kalafiorowa lekk got		1339	Szynka babuni	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Kalafior	130 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g			
	Masło roślinne	10 g	02131	Makaron z sosem bolońskim				
01073	Manna na mleku got.			Makaron nitka	100 g			
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	80 g			
	Kasza manna	30 g		Marchew	30 g			
				Pomidory	150 g			
				Cebula	20 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3709	Pomarańcze	100 g			
Wartość kaloryczna: 694 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1037 [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]
8829	2110	40.87	14.10	329.45	106.13	83.66	12.52	1057.90	60.70	213.90

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