



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.		1339	Szynka babuni	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,bułka,mr	
	Majonez	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bułka,mr			Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
3628	Pomidory	50 g		Jarzynka	2 g			
1327	Roszpodka	10 g	10121	Ryż z jabłkami i śmiet. got.				
01073	Manna na mleku got.			Ryż	80 g			
	Mleko	300 g		Cukier puder	15 g			
	Kasza manna	30 g		Jabłka	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Mleko	100 g			
				Cukier	15 g			
				Śmietana 18%	80 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 854 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1393 [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]
10986	2626	63.85	24.79	398.41	121.89	68.42	13.74	1053.20	51.77	464.10

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