



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bułka,mr			Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 648 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1366 [kcal]			Wartość kaloryczna: 549 [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]
10726	2564	53.93	18.88	348.24	120.79	74.50	13.36	1164.70	52.52	213.70

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