



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		1339	Szynka babuni	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bulka,mr			Makaron nitka	30 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
				Mleko 2%	40 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 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: 384 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1150 [kcal]			Wartość kaloryczna: 381 [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]
8011	1915	32.95	10.55	293.45	106.49	48.54	12.58	810.10	41.32	216.20

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