



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01041	Kalafiorowa zabiela.got.		1340	Lunchmeat	60 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Mąka pszenna	10 g	17011	Herbata, chleb, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
3628	Pomidor	50 g		Kalafior	130 g		Chleb krojony	100 g
3635	Salata lodowa	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	300 g	02131	Makaron z sosem bolońskim				
	Płatki jęczmienne	30 g		Makaron nitka	100 g			
				Łopaska wieprzowa	80 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			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna:		1155 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1124 [kcal]	Wartość kaloryczna:		505 [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]
11648	2784	67,06	22,03	426,83	125,45	106,98	16,21	1603,80	84,14	426,70

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