



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	50 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bulka 100g	1 sz	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	100 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Marchew	20 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna:		714 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1358 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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 ]
10275	2456	53.36	18.05	385.28	97.89	99.79	14.26	862.40	52.23	191.60

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