



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		Barsz biały	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		10111	Risotto got. z mięsa i warzyw				
	Mleko	300 g		Ryż	80 g			
	Płatki owsiane	30 g		Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopatka wieprzowa	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 702 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1333 [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]
10103	2415	59.87	19.81	379.50	121.94	84.77	13.82	817.60	54.72	187.70

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