



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	60 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1333	Ogonówka	60 g
3634	Salata ziel.	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bułka,mr			Pietruszka	20 g	1327	Roszponka	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Bułka 100g	1 sz		Makaron nitka	25 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g		Bułka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Kasza manna	30 g		Łopátka 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			
			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			
			3709	Pomarańcze	100 g			
Wartość kaloryczna: 624 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1358 [kcal]			Wartość kaloryczna: 387 [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 ]
9915	2370	46.04	16.38	364.77	115.71	83.32	13.12	999.60	57.86	202.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten