



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	50 g	0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		1333	Ogonówka	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
1327	Roszpinka	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Makaron nitka	25 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzyńska	2 g			
	Mleko	300 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Płatki jęczmienne	30 g		Łopatka 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			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 1337 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1322 [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]
12729	3042	79.13	33.37	474.04	134.25	113.42	17.78	969.00	67.96	263.40

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