



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	40 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1339	Szynka babuni	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
1406	Salceson czarny	10 g		Pietruszka	30 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata, bułka, mr			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		Bułka 50 g	1 sz			
	Bułka 100g	1 sz	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Masło roślinne	10 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
01073	Manna na mleku got.			Jaja	0,1 s			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	30 g			
	Kasza manna	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			
			09022	Fasolka szparagowa got.				
				Margaryna	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Fasolka szparag. kons.	150 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 729 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1369 [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 ]
10365	2477	58.33	20.29	381.51	104.10	103.82	15.00	1038.30	47.62	309.70

<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