



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01180	Brokułowa lekk. got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Brokuły	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Mleko	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Majonez	20 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Mąka pszenna	5 g			
17001	Herbata got.			Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzyńka	5 g			
	Herbata	2 g	02086	Suflet dr. pieczony				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Kurczak ćwiartka	200 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1272 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1052 [kcal]	Wartość kaloryczna:		548 [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]
12015	2872	49.95	13.44	403.93	108.29	72.68	14.46	2489.89	49.56	292.40

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