



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1302	Szab pieczony	60 g	01181	Selerowa lekk. z makaronem got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszkopka	10 g		Marchew	30 g	17025	Herbata, bułka, mr	
17025	Herbata, bułka, mr			Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mleko	40 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Jarzyńska	5 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
01073	Manna na mleku got.			Makaron nitka	30 g			
	Mleko	300 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
	Kasza manna	30 g		Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got. opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		677 [kcal]	Wartość kaloryczna:		887 [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 ]
8132	1944	40.60	13.83	322.64	104.78	65.49	11.94	893.42	46.84	125.20

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