



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01011	Barszcz ukraiński got.		1342	Mielonka wp	60 g
	Jaja	1 s		Kapusta biała	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Majonez	20 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3627	Papryka św.	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
1709	Herbata, chleb sł, mr			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Mąka pszenna	5 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
				Kasza grycz.	80 g			
				Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3709	Pomarańcze	100 g			
Wartość kaloryczna:		965 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1205 [kcal]	Wartość kaloryczna:		505 [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 ]
11189	2674	69.64	23.16	403.46	98.81	76.65	14.66	1464.15	50.20	404.80

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