



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	50 g	0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		1336	Szynka mielona	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Makaron nitka	25 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym				
01073	Manna na mleku got.			Łopatka wieprzowa	100 g			
	Mleko	300 g		Jaja	0,1 s			
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Mleko	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Pomidory pelati	80 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 694 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1255 [kcal]			Wartość kaloryczna: 376 [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 ]
9729	2325	49.29	18.45	348.58	106.72	90.39	13.09	969.60	54.39	209.60

<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