



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		0112	Barszcz czerwony lekk.got		1339	Szynka babuni	60 g
	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Majonez	20 g		Mleko	40 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Makaron nitka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		862 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1439 [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]
11212	2680	56.85	18.38	363.97	95.21	87.93	12.97	807.65	57.14	179.30

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