



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1209	Poledwica drobiowa	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	1327	Roszponka	10 g
3635	Salata lodowa	50 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got.			Kasza jęczm.	25 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.		02021	Gulasz wieprz.got.				
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 g		Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			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 jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 1046 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1054 [kcal]			Wartość kaloryczna: 368 [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 ]
10326	2468	48.56	14.06	353.51	105.36	76.77	13.45	1115.24	45.62	175.10

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