



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g	01126	Koperkowa lekk.got. Ziemniaki Mąka pszenna	150 g 5 g	1339 3635 17025	Szynka babuni Sałata lodowa Herbata,bułka,mr	60 g 50 g
17025	Herbata,bułka,mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	2 g 20 g 1 sz 10 g		Koperek Marchew Pietruszka Selery Mleko	10 g 30 g 10 g 40 g		Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	2 g 20 g 1 sz 10 g
3628	Pomidory	50 g		S ó l	10 g			
3634	Salata ziel.	10 g		Jarzyńska	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. Mleko Płatki owsiane	300 g 30 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym Łopatka wieprzowa Jaja Mąka pszenna Margaryna zw. Marchew Pietruszka Selery Mleko 2% Bułka 100g	100 g 0,1 s 30 g 5 g 30 g 30 g 40 g 0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g			
			09150	Marchewka got. z wody Margaryna Marchew Cukier Bułka tarta	5 g 150 g 5 g 5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 730 [kcal] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna: 1098 [kcal] Wartość zestawu: _____ [ zł ]			Wartość kaloryczna: 379 [kcal] 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 ]
9236	2207	52.83	19.37	338.41	114.74	88.34	12.35	802.15	52.06	136.60

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