



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA				
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma		
01098	Szynka babuni	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g		
	Salata ziel.	10 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g		
	Bulka 50 g	2 sz		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr			
	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g		
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g		
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz		
	Płatki owsiane na mleku got.			Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g		
	Mleko	300 g		Sól	10 g					
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g					
				10123	Makaron nitki got. z mięsem					
					Makaron nitka		100 g			
					Marchew		20 g			
					Pietruszka		20 g			
				13220	Selery		20 g			
		Margaryna zw.	10 g							
		Łopatka wieprzowa	100 g							
		018	Kompot z jablek got.							
			Jabłka	80 g						
			Cukier	20 g						
		3809	Bulka 50 g	1 sz						
			Jabłka	200 g						
Wartość kaloryczna:		991 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1342 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
11366	2716	45.33	15.12	469.84	117.00	107.39	15.41	1000.40	62.72	328.30

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