



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
016	Rogal	1 sz		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Mleko	400 g		Marchew	30 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		885 [kcal]	Wartość kaloryczna:		915 [kcal]	Wartość kaloryczna:		374 [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 ]
9096	2174	49.27	16.27	350.42	118.11	86.44	14.27	1191.67	56.52	201.30

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