



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
	Mielonka wp	40 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
3635	Salata lodowa	50 g		Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 822 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1164 [kcal]			Wartość kaloryczna: 376 [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 ]
9885	2363	63.11	21.60	349.97	99.89	75.98	13.85	956.45	45.51	127.10

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