



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got. (ml)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Makaron nitka	30 g	3634	Salata ziel.	10 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Bułka 100g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
			02086	Suflet dr. pieczony (g)				
				Kurczak ćwiartka	200 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 649 [kcal]			Wartość kaloryczna: 956 [kcal]			Wartość kaloryczna: 383 [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]
8316	1988	36.05	12.90	297.93	100.13	58.69	13.05	792.20	44.57	217.70

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