



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1336	Szynka mielona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	20 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
13229	Kawa ml, bulka,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 548 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1022 [kcal]			Wartość kaloryczna: 368 [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]
8111	1939	41.26	14.43	306.49	109.59	69.54	13.48	903.70	45.65	157.60

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