



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01181	Selerowa lekk. z makaronem got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	20 g		Marchew	30 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
13229	Kawa ml, bulka,mr (porcja)			Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Mleko	40 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	5 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	30 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			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		548 [kcal]	Wartość kaloryczna:		986 [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]
7985	1908	40.91	13.85	299.89	104.85	75.84	13.04	1104.32	51.19	125.20

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