



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,1 op			
Wartość kaloryczna: 645 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1322 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
9836	2351	51.43	17.68	373.20	99.38	73.97	14.42	738.40	35.32	160.70

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