



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)		0156	Ziemniaczana z makronem l.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mielonka wp	40 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Makaron nitka	25 g			
	Bulka 100g	1 sz		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Mleko	400 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 826 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1266 [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	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10319	2466	69.47	21.54	361.97	111.08	84.25	13.19	983.24	61.13	65.50

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