



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)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)				
				Makaron nitka	100 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	12 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 649 [kcal]			Wartość kaloryczna: 4467 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
22993	5495	68.65	19.45	1022.81	112.19	188.45	25.13	1557.70	53.30	895.90

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