



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1336	Szynka mielona	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Groszek kons.	20 g	3628	Pomidory	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr			Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Kawa inka	3 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
			02047	Kopytka ziemniaczane				
				Ziemniaki	400 g			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Jaja	0,3 s			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 547 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1414 [kcal]			Wartość kaloryczna: 370 [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]
9755	2331	33.94	11.07	423.34	93.45	69.74	13.74	803.70	48.07	204.10

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