



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Kasza manna	30 g		S ó l	10 g			
17025	Herbata,bulka,mr			Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
	Cukier	20 g		Kurczak	200 g			
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		695 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1185 [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]
9470	2263	46.56	16.38	338.02	108.46	64.21	12.43	925.69	43.46	121.30

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