



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01180	Brokułowa lekk. got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Brokuły	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszkonka	10 g		Mleko	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	5 g			
	Kasza manna	30 g		Sól	10 g			
17025	Herbata, bułka, mr			Jarzynka	5 g			
	Herbata	2 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
	Cukier	20 g		Kurczak	200 g			
	Bułka 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:		1171 [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 ]
9413	2250	46,61	16,37	333,42	107,07	65,38	12,34	2353,34	40,82	201,30

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten