



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Pietruszka	20 g	13103	Herbata, bułka 5.maslo	
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Makaron nitka	25 g		Bułka 50 g	1 sz
17001	Herbata got.			Jarzynka	2 g		Masło	10 g
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g	06104	Gulasz drobiowy got				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Kurczak ćwiartka	150 g			
	Mleko	300 g		Mleko 2%	40 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		943 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1034 [kcal]	Wartość kaloryczna:		514 [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]
10420	2490	33.09	11.06	385.48	110.47	69.87	15.10	909.00	47.85	273.00

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