



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01178	Ziemniaczana czysta z mak. got.		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Marchew	50 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3627	Papryka św.	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
1326	Szpinak	10 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	25 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		06104	Gulasz drobiowy got				
	Mleko	300 g		Kurczak ćwiartka	150 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mleko 2%	40 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			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		791 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1012 [kcal]	Wartość kaloryczna:		606 [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 ]
10082	2410	51.63	16.36	332.56	98.77	69.04	15.00	1278.00	48.93	197.40

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