



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		01126	Koperkowa lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mielonka wp	40 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bułka,mr	
13233	Bagietka,herbata,mr			Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Bagietka	1 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym				
3628	Pomidory	50 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
1326	Szpinak	10 g		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Mleko	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 906 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1092 [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]
9963	2381	65.59	22.96	348.91	100.49	96.50	14.26	767.37	49.50	218.10

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