



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01126	Koperkowa lekk.got.		1339	Szynka babuni	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bulka,mr			Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Herbata	2 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
				Mleko	40 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk.				
				Jabłka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 384 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1020 [kcal]			Wartość kaloryczna: 381 [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]
7467	1785	32.15	10.42	288.01	98.87	46.09	12.55	819.05	34.99	223.70

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