



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g		Groszek kons.	20 g	08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Mleko 2%	40 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	10 g	3628	Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g		Pomidory	50 g
	Płatki owsiane	30 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			
			09149	Marchewka got.opr.				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		651 [kcal]	Wartość kaloryczna:		913 [kcal]	Wartość kaloryczna:		461 [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 ]
8474	2025	43.21	15.64	336.12	117.95	68.12	12.13	779.45	51.72	101.50

<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>	Mleko Gluten