



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	50 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1333	Ogonówka	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Selery	100 g	1405	Salceson	50 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Bułka 100g	1 sz
3628	Pomidory	50 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
1327	Roszpinka	10 g		Jarzynka	2 g			
17001	Herbata got.			Bułka 50 g	1 sz			
	Cukier	20 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
	Herbata	2 g		Marchew	30 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mleko	40 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3709	Pomarańcze	100 g			
		Wartość kaloryczna: 1115 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1197 [kcal]			Wartość kaloryczna: 535 [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 ]
11913	2847	62.52	22.08	455.15	113.80	121.68	17.73	1084.17	52.60	313.60

<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>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten