



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01126	Koperkowa lekk.got.		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Mąka pszenna	5 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Koperek	10 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	10 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g		Bulka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mleko	40 g	010981	Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		S ó l	10 g		Płatki jęczmienne na mleku got.	
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g		Mleko	300 g
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.			Płatki jęczmienne	30 g
				Filet kurczaka	100 g	3628	Pomidory	50 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			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jablka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		645 [kcal]	Wartość kaloryczna:		885 [kcal]	Wartość kaloryczna:		727 [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 ]
9440	2256	52.39	18.63	364.81	126.00	75.73	13.09	823.29	61.97	132.70

<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