



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	60 g	01168	Grysikowa lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	1405	Salceson	50 g
1326	Szpinak	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
17025	Herbata,bułka,mr			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Ziemiaki	150 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kasza manna	25 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym				
	Mleko	300 g		Łopátka wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 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			
				Pomidory pelati	80 g			
			09141	Ziemiaki got.				
				Ziemiaki	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.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 631 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1271 [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 ]
10199	2438	61.88	21.81	353.75	112.14	87.61	14.40	1026.35	53.37	137.50

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten