



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01169	Krupnik ryżowy lekk. got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Majonez	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ryż	25 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.		2105	Bitek schabowy got. w sosie jarz.				
	Cukier	20 g		Marchew	30 g			
	Herbata	2 g		Mleko	40 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mąka pszenna	20 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3709	Pomarańcze	100 g			
		Wartość kaloryczna: 1272 [kcal]			Wartość kaloryczna: 986 [kcal]			Wartość kaloryczna: 548 [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]
11737	2805	49.86	16.59	415.43	101.05	96.87	14.61	1123.50	53.09	276.10

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Jajka Mleko Ryby Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten