



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01180	Brokułowa lekk. got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Brokuły	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
17025	Herbata, bułka, mr			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	5 g			
	Płatki owsiane	30 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 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			
Wartość kaloryczna:		650 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1041 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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 ]
8681	2075	40.41	14.38	309.76	102.88	62.19	12.65	2264.75	44.82	301.30

<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