



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	40 g	01169	Krupnik ryżowy lekk. got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Ryż	25 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata, bułka, mr			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Bułka 100g	1 sz		Łopátka wieprzowa	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Jaja	0,1 s			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mąka pszenna	30 g			
	Mleko	300 g		Margaryna zw.	5 g			
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			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.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		705 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1167 [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 ]
10125	2420	53.24	18.11	350.25	107.68	87.24	12.92	1019.37	52.98	92.10

<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