



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01165	Solferino got.		1332	Kiełbasa wiejska	80 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszponka	10 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
17011	Herbata,chleb,mr			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Śmietana 18%	20 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			02021	Gulasz wieprz.got.				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			36251	Ogórki kons.	100 g			
Wartość kaloryczna: 755 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1026 [kcal]			Wartość kaloryczna: 748 [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]
10578	2528	71.25	24.75	354.26	105.34	85.90	16.19	1427.50	48.64	387.30

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten