



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszpodka	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
018	Bulka 50 g	2 sz		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		1065 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1431 [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]
12737	3044	57.91	18.61	476.30	111.55	92.44	16.19	1121.50	33.89	276.10

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten