



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Majonez	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Makaron	100 g			
	Mleko	300 g		Ser twarog.	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 992 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1270 [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]
11753	2809	59.37	19.85	390.80	96.95	79.80	14.37	995.10	40.07	191.10

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