



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01027	Ziem.z zielonym groszkiem got.		1305	Golonka pr.	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Kości	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herb.chleb.maslo r.	
17011	Herb.chleb.maslo r.			Groszek kons.	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Maslo roślinne	10 g
	Maslo roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Śmietana 18%	20 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	10087	Jarzynka	2 g			
				Pierogi ruskie gotowane				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		3 177 [kJ]	Wartość kaloryczna:		7 156 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 758 [kJ]
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]
12091,00	2867,00	94,79	27,11	427,65	90,37	96,23	14,91	940,30	52,02	424,30

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