



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got		1343	Szynka gotowana	60 g
201	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	17025	Herb.bułka ,masło r.	
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mleko	40 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	5 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
17025	Herb.bułka ,masło r.			Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
	Bułka 100g	1 sz	018	Bułka 50 g	1 sz			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
				Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 3 387 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 872 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 594 [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]
9853.00	2322.00	61.37	21.12	349.09	78.76	99.89	13.67	953.65	45.07	179.30

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