



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Selery	20 g	17025	Herb.bulka ,maslo r.	
17025	Herb.bulka ,maslo r.			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Makaron nitka	25 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02021	Gulasz wieprz.got.				
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 474 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 455 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 565 [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 ]
8494.00	2022.00	56.63	16.90	301.17	74.24	95.21	12.57	905.50	51.97	84.40

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten