



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
13234	Bagietka,kawa ml,mr (porcja)			Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Bagietka	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Kawa inka	3 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	300 g		Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			07058	Pulpety rybne got. (g)				
				Filety rybne	120 g			
				Bulka	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09061	Marchewka got. z wody b/c (porcja)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 679 [kcal]			Wartość kaloryczna: 891 [kcal]			Wartość kaloryczna: 385 [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]
8184	1956	36.02	11.84	330.50	104.97	65.84	13.76	820.90	47.79	188.00

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