



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		01038	Jarzynowa lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
	Jaja	1 s		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
	Mielonka wp	40 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
17025	Herbata,bułka,mr			Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bułka 100g	1 sz	10111	Risotto got. z mięsa i warzyw				
	Masło roślinne	10 g		Ryż	80 g			
				Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopatka wieprzowa	50 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 3 441 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 987 [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 ]
10022.00	2388.00	67.14	23.55	333.79	76.73	126.29	13.57	851.90	60.34	187.70

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