



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		1343	Szynka gotowana	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Konc.pomidor.30%	30 g	22223	Masło roślinne	10 g
011	Bułka 100g	1 sz		Makaron nitka	30 g	011	Bułka 100g	1 sz
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Pietruszka	20 g	17001	Herbata got.	
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Selery	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Mleko 2%	40 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk.				
				Jablka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 918 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 287 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 587 [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]
9792.00	2130.00	43.91	15.51	333.18	63.68	124.43	13.23	1141.30	61.46	195.20

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