



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Mleko	400 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Ziemniaki	150 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 702 [kcal]			Wartość kaloryczna: 883 [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 ]
8243	1970	50.35	18.00	290.23	100.44	66.23	12.44	736.00	39.35	105.10

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