



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
017	Obwarzanek	1 sz		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko	300 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g			
17001	Herbata got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02046	Kopytka got z marg. (porcja)				
				Jaja	0,3 s			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Ziemniaki	400 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		579 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1539 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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 ]
10449	2497	60.70	23.35	417.94	94.53	68.81	14.11	771.40	48.29	199.30

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