



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	60 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
011	Bułka	100 g		Ziemniaki	150 g	22223	Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	011	Bułka	100 g
3635	Salata lodowa	50 g		Pietruszka	20 g	3628	Pomidory	50 g
17001	Herbata zw.			Selery	20 g	17001	Herbata zw.	
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		S ó l	5 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku			Jarzynka	1 g			
	Mleko	400 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Płatki owsiane	30 g		Łopatka wieprzowa	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 872 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 571 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 572 [kJ]
		Wartość zestawu: 3,85 [zł]			Wartość zestawu: 4,38 [zł]			Wartość zestawu: 1,99 [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]
9015.00	2147.00	49.37	16.67	347.74	74.24	114.23	8.84	1059.35	54.37	120.00

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Sezam Orzeszki Seler Gluten
Kolacja	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten