



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1340	Lunchmeat	60 g
017	Obwarzanek	1 sz		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got. (porcja)			Groszek kons.	20 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzyńska	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			36251	Ogórki kons.	100 g			
Wartość kaloryczna: 667 [kcal]			Wartość kaloryczna: 920 [kcal]			Wartość kaloryczna: 505 [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 ]
8757	2093	67.41	27.60	292.93	105.85	77.74	15.11	1307.00	51.19	226.60

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