



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
13236	Kawa zb z ml, mr 10g,obwarzanek (porcja)			Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Kawa inka	3 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Mleko 2%	150 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Obwarzanek	1 sz		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	150 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	7 g			
				Mąka pszenna	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		320 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1010 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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 ]
7171	1714	36.22	11.90	275.44	101.84	69.32	12.66	867.55	43.53	154.66

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