



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)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńska	2 g			
	Obwarzanek	1 sz	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopata 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			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 579 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1130 [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 ]
8737	2088	61.13	24.36	313.79	110.43	65.63	13.72	785.60	44.52	121.60

<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