



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidor	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (g)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopátka wieprzowa	50 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 549 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1004 [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]
8101	1936	51.76	17.50	295.80	110.93	64.40	13.04	813.60	43.03	111.40

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