



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01038	Jarzynowa lekk.got.		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Konc.pomidor.30%	10 g		Jaja	1 s
	Mleko	400 g		Marchew	80 g		Majonez	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10 g		Margaryna zw.	5 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	30 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Ryż	25 g
	Herbata	2 g		Mleko	40 g	011	Bułka	100 g
				Ziemniaki	150 g	22223	Masło roślinne	10 g
				S ó l	5 g	3635	Salata lodowa	50 g
				Jarzynka	1 g	17001	Herbata got.	
			02021	Gulasz wieprz.got.			Cukier	20 g
				Łopatka wieprzowa	80 g		Herbata	2 g
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		3 223 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 283 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 115 [kJ]
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 ]
10621.00	2489.00	67.46	21.51	369.08	80.33	132.81	7.37	1164.99	60.04	100.20

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