



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
201	Jaja	1 s		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr	
13229	Kawa ml, bułka, mr			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				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			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got. opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 762 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 880 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 565 [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]
10207.00	2431.00	58.87	19.29	379.78	91.83	109.43	14.39	1102.17	61.67	176.90

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