



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Poledwica drobiowa	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Marchew	80 g	17010	Herbata ,bułka gr,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Selery	30 g		Bułka grahamka	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)				
				Makaron nitka	80 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopátka wieprzowa	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		528 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1162 [kcal]	Wartość kaloryczna:		505 [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]
9185	2195	45.60	14.77	354.94	101.23	89.92	14.83	1337.50	56.62	178.70

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