



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
	Mielonka wp	40 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
13229	Kawa ml, bułka, mr (porcja)			Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
3635	Salata lodowa	50 g		Jarzyńka	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:		668 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1146 [kcal]	Wartość kaloryczna:		385 [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]
9199	2199	55.73	18.47	327.92	94.84	84.31	13.67	758.95	54.62	148.10

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