



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	60 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
011	Bułka	100 g		Ziemniaki	150 g	011	Bułka	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	22223	Masło roślinne	10 g
3635	Salata lodowa	50 g		Pietruszka	20 g	3628	Pomidory	50 g
17001	Herbata zw.			Selery	20 g	17001	Herbata zw.	
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		S ó l	5 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku			Jarzynka	1 g			
	Mleko	400 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Płatki owsiane	30 g		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			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 872 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 571 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 572 [kJ]
		Wartość zestawu: 3,85 [zł]			Wartość zestawu: 4,38 [zł]			Wartość zestawu: 1,99 [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 ]
9015.00	2147.00	49.37	16.67	347.74	74.24	114.23	8.84	1059.35	54.37	120.00

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Sezam Orzeszki Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten