



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01025	Ziemniaczana lekk. got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g	22223	Masło roślinne	10 g
011	Bułka	100 g		Marchew	50 g	011	Bułka	100 g
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	20 g	3628	Pomidory	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Pietruszka	20 g	17001	Herbata got.	
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got.			Sól	5 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	1 g			
	Herbata	2 g	07063	Ryba got. w jarzynach				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09062	Jarzynki got. opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13094	Kompot z miesz. owoc. got.				
				Mieszanka kompot.	30 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 919 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 242 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 594 [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 ]
7755.00	1844.00	39.06	13.46	305.32	59.20	103.72	8.22	884.22	47.20	182.10

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