



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Barsz biały	10 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			02046	Kopytka got z marg. (porcja)				
				Jaja	0,3 s			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Ziemniaki	400 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	25 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 642 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1984 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
12595	3010	60.57	20.10	490.18	121.06	85.25	14.19	1031.20	61.52	292.70

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