



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Chrzan mar.	10 g			
	Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g			
	Płatki owsiane	30 g		Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	25 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 705 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1458 [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]
10655	2547	63.31	22.54	381.54	107.77	86.53	13.81	826.30	42.84	239.10

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