



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	560 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1333	Ogonówka	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
0301	Bułka słodka 50g	1 sz		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got. (porcja)			Groszek kons.	20 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)		10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
	Mleko	300 g		Kasza grycz.	80 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 1378 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1116 [kcal]			Wartość kaloryczna: 496 [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]
12512	2990	88,42	26,55	346,86	107,27	160,41	24,99	1220,60	41,78	503,90

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