



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3802	Dżem wiśniowy	40 g	01112	Pomidorowa z ryżem got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1347	Polędwiczanka	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Ryż	30 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
1326	Szpinak	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
13233	Bagietka,herbata,mr (porcja)			Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Bagietka	1 sz		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	06034	Kurczak pieczony (g)				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09165	Marchewka opr z groszkiem got (porcja)				
				Marchew	15 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 782 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1078 [kcal]			Wartość kaloryczna: 485 [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]
9811	2345	55,57	15,61	345,12	104,51	55,23	14,13	1072,95	44,48	282,00

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