



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Poledwica drobiowa	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
018	Bulka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
0301	Bulka słodka	1 sz		Kasza jęczm.	25 g		Bulka 100g	1 sz
22223	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
	Herbata	2 g		Marchew	30 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mleko	40 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got.opr.				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 922 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1025 [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]
9748	2330	39.49	12.78	365.78	112.09	86.17	13.71	950.65	51.20	185.90

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