



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01041	Kalafiorowa zabel.got.		252	Ser salami	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata,chleb,mr			Mąka pszenna	10 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Kalafior	130 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.			Selery	20 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Kasza manna	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			07113	Śledz w oleju				
				Filety śledź.	110 g			
				Cebula	60 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 958 [kcal]			Wartość kaloryczna: 994 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [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]
10714	2561	84.58	26.21	341.44	99.42	86.57	14.33	1509.50	65.35	386.70

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Jajka Mleko Gluten
Obiad	Mleko Ryby Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten