



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01126	Koperkowa lekk.got.		1209	Półdewica drobiowa	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bulka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
018	Bulka 50 g	1 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g
0301	Bulka słodka	1 sz		Pietruszka	10 g		Bulka 100g	1 sz
17001	Herbata got.			Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Płatki owsiane	30 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 929 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1098 [kcal]			Wartość kaloryczna: 366 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10010	2392	48.71	16.19	360.26	110.68	85.86	13.86	921.75	50.68	213.80

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