



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01042	Krupnik jęczm. got.		1620	Golonka prasowana	60 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
012	Bułka grahamka	1 sz		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		02086	Suflet dr. pieczony				
	Mleko	300 g		Kurczak ćwiartka	200 g			
	Kasza manna	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 877 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1017 [kcal]			Wartość kaloryczna: 421 [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]
9690	2316	43,25	13,47	360,85	96,63	65,65	13,97	1361,40	53,70	221,70

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