



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Poledwica drobiowa	50 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1343	Szynka gotowana	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
1327	Roszonka	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzyńka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		10123	Makaron nitki got. z mięsem				
	Mleko	300 g		Makaron nitka	100 g			
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopátka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna:		932 [kcal]	Wartość kaloryczna:		976 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
9567	2287	47.81	15.53	332.09	95.22	86.18	13.50	887.00	50.84	204.80

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