



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	01041	Kalafiorowa zabel.got.		1324	Półdzwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszpodka	10 g		Mąka pszenna	10 g	17011	Herbata, chleb, mr	
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kalafior	130 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Obwarzanek	1 sz		Selery	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Pietruszka	20 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			02086	Suflet dr. pieczony				
				Kurczak ćwiartka	200 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			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 572 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1067 [kcal]			Wartość kaloryczna: 504 [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]
8965	2143	50,50	20,71	319,91	112,03	61,87	14,14	1021,40	52,95	280,30

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