



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01007	Barszcz czerw. zabiela got.		1344	Parówki z szynki	70 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1327	Roszpinka	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	10048	Makaron got. z serem (sł)				
	Płatki owsiane	30 g		Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Ślony	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 809 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1170 [kcal]			Wartość kaloryczna: 420 [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]
10041	2400	58.29	19.60	352.86	95.21	65.38	13.64	1113.85	30.84	307.50

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