



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	40 g	01167	Gryskowa got.		1339	Szynka babuni	60 g
3802	Dżem wiśniowy	40 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
1326	Szpinak	10 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02105	Stek wp. smażony				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Łopatka wieprzowa	120 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			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: 942 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1191 [kcal]			Wartość kaloryczna: 500 [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]
11012	2632	69,00	25,45	365,59	96,01	90,32	14,58	1033,10	43,11	311,40

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