



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1331	Frankfurterki	30 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Mleko 2%	20 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1327	Rozszponka	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
021	Chleb krojony	50 g		Groszek kons.	20 g			
018	Bułka 50 g	1 sz		S ó l	10 g			
17001	Herbata got.			Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	07113	Śledz w oleju				
	Herbata	2 g		Filety śledź.	110 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Cebula	60 g			
	Mleko	300 g		Olej jadalny	20 g			
	Płatki owsiane	30 g	09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		917 [kcal]	Wartość kaloryczna:		841 [kcal]	Wartość kaloryczna:		491 [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]
9411	2249	58.50	14.88	337.08	99.52	67.93	14.09	983.50	36.20	444.90

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