



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2306	Ryby wędz.	100 g	01037	Jarzynowa got.		1333	Ogonówka	60 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
1709	Herbata, chleb sł, mr			Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Fasolka szparag.	30 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Konc. pomidor. 30%	10 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		S ó l	10 g			
			10048	Jarzynka	2 g			
				Makaron got. z serem (sł)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3709	Pomarańcze	100 g			
Wartość kaloryczna:		869 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1281 [kcal]	Wartość kaloryczna:		496 [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 ]
11069	2645	69.50	23.14	389.99	100.60	89.82	14.63	1466.00	48.37	364.60

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