



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got		1324	Poledwica wędz.	40 g
08064	Twaróg z ml.mp			Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Mleko	40 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzyanka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
01073	Manna na mleku got.			Makaron nitka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		695 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1429 [kcal]	Wartość kaloryczna:		358 [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]
10384	2482	53.27	17.53	398.78	110.95	92.31	13.26	931.35	51.81	175.90

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