



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01026	Fasolowa got.		1342	Mielonka wp	60 g
1345	Kurczak faszerowany	40 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Śmietana 18%	10 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	5 g			
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	1 g			
	Mleko	300 g	10048	Makaron got. z serem (st)				
	Kasza manna	30 g		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			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 1069 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1432 [kcal]			Wartość kaloryczna: 505 [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]
12575	3005	77.24	23.30	468.17	109.97	96.92	10.70	1345.15	44.51	351.60

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