



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
3628	Pomidor	50 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzyńka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		10123	Makaron nitki got. z mięsem				
	Mleko	300 g		Makaron nitka	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopataka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		920 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1432 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
11427	2731	52.51	16.20	423.54	109.85	95.63	15.07	927.70	50.53	263.70

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