



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	50 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
1326	Szpinak	10 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Kasza jęczm.	25 g		Bułka 100g	1 sz
0301	Bułka słodka	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Jarzyńka	2 g			
	Cukier	20 g	02086	Suflet dr. pieczony				
	Herbata	2 g		Kurczak ćwiartka	200 g			
01073	Manna na mleku got.			Marchew	20 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	10 g			
	Kasza manna	30 g		Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		936 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1200 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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 ]
10542	2520	35.17	12.23	359.29	112.71	61.05	13.61	1000.10	45.84	282.90

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten