



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01026	Fasolowa got.		1620	Golonka prasowana	60 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Śmietana 18%	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Sól	5 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	1 g			
	Kasza manna	30 g	10048	Makaron got. z serem (st)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Ślönina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 1022 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1432 [kcal]			Wartość kaloryczna: 421 [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]
12028	2875	77.71	25.38	433.45	108.92	84.92	10.02	1188.85	39.60	350.20

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