



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01165	Solferino got.		1340	Lunchmeat	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
012	Bułka grahamka	1 sz		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3634	Salata ziel.	10 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Śmietana 18%	20 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			02086	Suflet dr. pieczony				
				Kurczak ćwiartka	200 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 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			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 770 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1124 [kcal]			Wartość kaloryczna: 514 [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]
10075	2408	46,48	15,77	371,86	106,73	69,24	15,19	1384,67	50,33	307,60

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten