



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidor	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzyńska	2 g			
	Mleko	300 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
	Płatki owsiane	30 g		Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 649 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1355 [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]
9975	2384	52.69	17.86	381.11	115.12	72.07	13.67	766.80	44.82	191.90

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