



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		1339	Szynka babuni	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Makaron nitka	30 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Marchew	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mleko 2%	40 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzyńska	2 g			
17001	Herbata got.		03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Cukier	20 g		Łopata wieprzowa	100 g			
	Herbata	2 g		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet.				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 1043 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1161 [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]
10807	2583	50.58	17.82	350.21	105.48	86.89	14.07	1016.90	52.60	256.80

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