



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01113	Pomidorowa z makaronem lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Makaron nitka	30 g	17010	Herbata ,bułka gr,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Bułka grahamka	1 sz
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Mleko 2%	40 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	300 g	02086	Suflet dr. pieczony				
	Płatki jęczmienne	30 g		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			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1037 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1113 [kcal]	Wartość kaloryczna:		503 [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]
11100	2653	40.02	12.50	428.15	116.03	82.38	16.15	1399.50	55.15	264.60

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