



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	60 g	01150	Ziemniaczana czysta got.		1402	Pasztetowa	80 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	30 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	07004	Ryba po grecku				
01073	Manna na mleku got.			Filety rybne	100 g			
	Mleko	300 g		Cebula	30 g			
	Kasza manna	30 g		Konc. pomidor. 30%	30 g			
				Marchew	100 g			
				Pory	20 g			
				Pietruszka	50 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	30 g			
				Selery	50 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
		Wartość kaloryczna: 932 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1242 [kcal]			Wartość kaloryczna: 428 [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]
10888	2602	60.15	10.70	420.23	130.12	54.56	13.44	1063.70	59.39	311.90

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