



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01166	Solferino lekk. got.		1333	Ogonówka	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Konc. pomidor. 30%	20 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			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.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 929 [kcal]			Wartość kaloryczna: 893 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
9228	2205	40.46	13.87	338.71	102.06	64.84	13.98	728.50	45.39	217.60

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