



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01148	Żurek z jajkiem		1324	Poledwica wędz.	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g	021	Chleb krojony	100 g
021	Chleb krojony	100 g		Kości	50 g	22223	Masło roślinne	10 g
3625	Ogórki grunt.	50 g		Śmietana	20 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
17001	Herbata zw.			Jaja	0,5 s	17001	Herbata zw.	
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku			Selery	20 g			
	Mleko	400 g		Chrzan mar.	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
				Kasza grycz.	80 g			
				Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13094	Kompot z miesz.owoc.				
				Mieszanka kompot.	50 g			
				Cukier	15 g			
Wartość kaloryczna:		3 384 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 586 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 078 [kJ]
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]
10048,00	2342,00	64,39	22,67	369,86	88,62	90,09	5,69	1010,50	45,77	511,80

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