



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01148	Żurek z jajkiem got.		08061	Twaróg z ml.	
013	Bagietka	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Ser twarog.	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Mleko 2%	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Śmietana	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
	Mleko	400 g		Jaja	0,5 s	011	Bułka 100g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	20 g	17001	Herbata got.	
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Chrzan mar.	10 g		Herbata	2 g
				Ziemniaki	150 g			
				Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			01072	Makaron z jabłkami got.				
				Makaron nitka	80 g			
				Cukier puder	30 g			
				Margaryna zw.	7 g			
				Jabłka	200 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		3 140 [kJ]	Wartość kaloryczna:		5 354 [kJ]	Wartość kaloryczna:		1 929 [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]
10423.00	2483.00	50.88	18.21	428.61	78.09	151.33	12.74	1004.12	65.31	275.50

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