



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	50 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami		1336	Szynka mielona	60 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Selery	100 g	22223	Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g	011	Bułka	100 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko 2%	40 g	3628	Pomidory	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku			Mąka pszenna	10 g	17001	Herbata zw.	
	Mleko	400 g		Bułka	50 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	30 g		Herbata	2 g
17001	Herbata zw.			Pietruszka	30 g			
	Cukier	20 g		Sól	5 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	1 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09156	Surówka z warzyww miesz. lekk.				
				Jablka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 201 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 861 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 547 [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]
9609.00	2085.00	46.42	16.72	326.73	57.84	120.70	8.40	899.77	49.59	205.90

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