



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1212	Szynka drobiowa	60 g
016	Rogal	1 sz		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
2401	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
				Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
				Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
				Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
				Sól	10 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
				Jarzynka	2 g			
			07058	Pulpety rybne got. (g)				
				Filety rybne	120 g			
				Bułka	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 558 [kcal]			Wartość kaloryczna: 901 [kcal]			Wartość kaloryczna: 380 [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]
7691	1838	40.06	12.41	310.41	90.28	50.56	12.94	585.07	46.29	152.10

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