



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA					
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma			
1324	Poledwica wędz.	60 g	01168	Zupa grysikowa lekk.		1209	Poledwica drobiowa	60 g			
011	Bułka	100 g		Marchew	50 g	011	Bułka	100 g			
2105	Masło	10 g		Selery	20 g	1342	Mielonka wp	10 g			
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	3635	Salata lodowa	50 g			
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17001	Herbata zw.				
01098	Płatki owsiane na mleku			Kasza manna	25 g		Cukier	20 g			
	Mleko	400 g		Sól	5 g		Herbata	2 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	1 g						
17001	Herbata zw.		07063	Ryba w jarzynach							
	Cukier	20 g		Filety rybne	100 g						
	Herbata	2 g		Marchew	40 g						
				Pietruszka	20 g						
				Selery	20 g						
			09141	Ziemniaki b/t							
				Ziemniaki	300 g						
				Mleko	15 g						
			09150	Marchewka z wody							
				Margaryna	5 g						
				Marchew	150 g						
				Cukier	5 g						
				Bułka tarta	5 g						
			13220	Kompot z jabłek							
				Jabłka	80 g						
				Cukier	20 g						
		Wartość kaloryczna:	2 969 [kJ]			Wartość kaloryczna:	3 460 [kJ]			Wartość kaloryczna:	1 287 [kJ]
		Wartość zestawu:	4,44 [zł]			Wartość zestawu:	5,55 [zł]			Wartość zestawu:	2,09 [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 ]
7716.00	1805.00	20.05	8.21	323.62	61.40	112.02	8.30	950.75	47.57	135.60

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