



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01150	Ziemniaczana czysta got. (porcja)		252	Ser salami	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Kasza manna	30 g		Selery	30 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g	07113	Jarzynka	2 g			
	Chleb krojony	100 g		Śledz w oleju (g)				
	Masło roślinne	10 g		Filety śledź.	110 g			
				Cebula	60 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 958 [kcal]			Wartość kaloryczna: 895 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [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]
10300	2462	80,68	24,00	328,64	96,51	82,28	14,27	1484,30	57,47	316,70

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