



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	2105	Masło	10 g
2105	Masło	10 g		Ziemniaki	150 g	011	Bułka	50 g
011	Bułka	50 g		Mleko 2%	40 g	17001	Herbata zw.	
01098	Płatki owsiane na mleku			Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Bułka	50 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	30 g	01098	Płatki owsiane na mleku	
17001	Herbata zw.			Pietruszka	30 g		Mleko	400 g
	Cukier	20 g		Sól	5 g		Płatki owsiane	30 g
	Herbata	2 g		Jarzyńska	1 g	2423	Jogurt owocowy	1 sz
			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			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 2 488 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 689 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 793 [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]
9970.00	2172.00	36.14	15.92	344.04	70.39	121.69	8.42	817.17	62.60	107.50

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