



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01150	Ziemniaczana czysta		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
011	Bułka	50 g		Ziemniaki	150 g	22223	Masło roślinne	10 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Marchew	50 g	021	Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	30 g	17001	Herbata zw.	
3635	Salata lodowa	20 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
01073	Manna na mleku			Sól	5 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	1 g			
	Kasza manna	30 g	0733	Ryba smażona				
17001	Herbata zw.			Filety rybne	100 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	20 g			
	Herbata	2 g		Olej jadalny	20 g			
			09158	Sos grecki duszony				
				Marchew	150 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
				Cebula	50 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 2 892 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 625 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 515 [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]
10032.00	2393.00	76.70	16.38	361.03	70.39	111.73	10.04	1511.45	51.72	253.80

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