



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
016	Rogal	1 sz		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	10123	Jarzynka	2 g			
				Makaron nitki got. z mięsem (g)				
				Makaron nitka	80 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	80 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 837 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1149 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
9872	2359	52.87	16.88	379.90	103.45	88.97	15.05	1099.50	48.34	219.10

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