



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Połudwica drobiowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		1333	Ogonówka	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Jaja	0,5 s	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Barsz biały	10 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzyńka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	80 g			
				Ser twarog.	80 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 908 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1223 [kcal]			Wartość kaloryczna: 385 [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]
10529	2516	78.86	33.95	344.66	96.03	85.33	15.86	782.30	36.45	168.50

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