



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	40 g	01007	Barszcz czerw. zabieli.got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
201	Jaja	1 s		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Mąka pszenna	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	300 g	01163	Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Ryż z dżemem i śmietaną (g)				
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	30 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		766 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1282 [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 ]
10136	2423	63.91	25.47	381.13	129.14	71.13	14.07	1305.75	45.14	505.50

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