



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01168	Grysikowa lekk.got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Kasza manna	25 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
			07063	Ryba got.w jarzynach (g)				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		547 [kcal]	Wartość kaloryczna:		988 [kcal]	Wartość kaloryczna:		381 [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 ]
8016	1916	33.04	11.83	302.19	113.24	52.18	12.79	933.80	46.02	223.70

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