



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	400 g	02046	Kopytka got z marg. (porcja)				
	Płatki owsiane	30 g		Jaja	0,3 s			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Ziemniaki	400 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		677 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1728 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
11670	2789	56.47	17.80	483.44	115.88	79.72	13.67	844.20	56.80	202.90

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