



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Selery	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		Barsz biały	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	400 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	02046	Kopytka got z marg. (porcja)				
				Jaja	0,3 s			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Ziemniaki	400 g			
			018	Bułka 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:		1770 [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]
11845	2831	61.03	19.25	477.64	112.20	84.69	13.74	832.20	58.31	202.90

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