



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1344	Parówki z szynki	70 g
3802	Dżem wiśniowy	40 g		Mąka pszenna	10 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Selery	20 g			
018	Bułka 50 g	1 sz		Chrzan mar.	10 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
17001	Herbata got. (porcja)			Barsz biały	10 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
			09051	Kopytka got. ze sł. (g)				
				Ziemniaki	400 g			
				Jaja	0,3 s			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Mąka pszenna	80 g			
				Słonina	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 938 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1678 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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]
12700	3035	69,39	21,54	525,18	114,38	87,55	14,86	1257,70	61,12	409,40

POSIŁEK	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