



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Groszek kons.	20 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
13233	Bagietka,herbata,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Bagietka	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	300 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			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 894 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1715 [kcal]			Wartość kaloryczna: 376 [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]
12488	2985	66.02	19.64	502.55	108.40	93.16	14.92	1088.40	57.26	245.90

POSIŁEK	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