



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01182	Kalafiorowa lekk got		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Kalafior	130 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Bulka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Sól	10 g	3628	Pomidory	50 g
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	10 g			
			07063	Ryba got.w jarzynach				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 846 [kcal]			Wartość kaloryczna: 989 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [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]
9605	2296	54.38	19.69	327.60	123.37	78.29	11.85	834.30	71.47	150.50

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