



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1343	Szynka gotowana	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
018	Bulka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
0301	Bulka słodka	1 sz		Kasza jęczm.	25 g		Bulka 100g	1 sz
17001	Herbata got.			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Łopatką wieprzowa	100 g			
	Mleko	300 g		Jaja	0,1 s			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 939 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1162 [kcal]			Wartość kaloryczna: 381 [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]
10384	2482	52.35	17.04	374.39	106.15	86.26	14.08	863.87	51.18	204.80

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