



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszpinka	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Bulka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Kasza manna	30 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
17025	Herbata,bulka,mr			Kurczak	200 g			
	Herbata	2 g		Marchew	30 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g			
	Bulka 100g	1 sz		Selery	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 694 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1120 [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]
9195	2198	39.90	13.67	340.43	111.73	61.70	12.77	878.40	48.14	113.80

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