



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	25 g	01168	Grysikowa lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
1212	Szynka drobiowa	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr			Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Kasza manna	25 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Kurczak	200 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 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: 637 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1127 [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]
8988	2148	39.76	12.53	335.80	109.44	56.85	12.88	864.80	47.11	115.90

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