



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	50 g	01150	Ziemniaczana czysta got.		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
3803	Dżem porzeczkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	30 g		Cukier	20 g
021	Chleb krojony	50 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	02086	Suflet dr. pieczony				
				Kurczak ćwiartka	200 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09165	Marchewka opr z groszkiem got				
				Marchew	15 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 703 [kcal]			Wartość kaloryczna: 936 [kcal]			Wartość kaloryczna: 599 [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]
9364	2238	42.60	11.63	315.67	82.06	61.36	13.89	807.75	40.88	233.60

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