



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	40 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1343	Szynka gotowana	60 g
201	Jaja	1 s		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr	
1326	Szpinak	10 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
13233	Bagietka,herbata,mr			Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Bagietka	1 sz		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
	Kasza manna	30 g		Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	25 g			
Wartość kaloryczna: 887 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1380 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
11069	2645	62.89	20.80	409.27	105.05	89.89	14.73	1112.70	41.15	243.30

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