



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Półdewica drobiowa	40 g	01148	Żurek z jajkiem got.		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
08064	Twaróg z ml.mp			Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	20 g			
17001	Herbata got.			Chrzan mar.	10 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Barsz biały	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	10045	Łazanki z kapustą got.				
				Makaron łazanka	80 g			
				Smalec	20 g			
				Kapusta kwasz.	200 g			
				Boczek sur.	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 945 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1349 [kcal]			Wartość kaloryczna: 490 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11651	2785	70,30	25,15	426,81	110,80	94,67	15,69	1371,40	53,39	465,40

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