



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	50 g	01126	Koperkowa lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bułka,mr	
1326	Szpinak	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	10 g		Bułka 100g	1 sz
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Mleko	40 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		02021	Gulasz wieprz.got.				
	Mleko	300 g		Łopatką wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 g		Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 940 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1153 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
10323	2467	51.41	18.11	341.73	114.06	75.70	13.77	1196.75	46.20	217.00

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