



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
17025	Herbata,bułka,mr			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
01073	Manna na mleku got.			Barsz biały	10 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			10123	Makaron nitki got. z mięsem				
				Makaron nitka	100 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna: 641 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1311 [kcal]			Wartość kaloryczna: 548 [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 ]	[ mg ]	[ g ]	[ mg ]	
10459	2500	53.99	17.04	361.36	95.00	89.58	14.01	1104.70	55.89	139.70

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