



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Kasza jęczm.	25 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Jarzyńka	2 g			
	Cukier	20 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
	Herbata	2 g		Filet kurczaka	100 g			
01073	Manna na mleku got.			Marchew	30 g			
	Mleko	300 g		Mleko	40 g			
	Kasza manna	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		924 [kcal]	Wartość kaloryczna:		916 [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 ]
9287	2220	38.29	12.60	366.06	110.35	60.25	13.66	1020.60	46.62	235.40

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten