



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3807	Dżem	25 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
1212	Szynka drobiowa	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr	
018	Bulka 50 g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
0301	Bulka słodka	1 sz		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
17001	Herbata got.		07063	Ryba got.w jarzynach				
	Cukier	20 g		Filety rybne	100 g			
	Herbata	2 g		Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		998 [kcal]	Wartość kaloryczna:		701 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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 ]
8713	2082	31.88	10.05	338.16	101.17	60.21	13.51	880.90	43.73	173.60

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