



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3807	Dżem	25 g	14010	Brokułowa		1340	Lunchmeat	60 g
1212	Szynka drobiowa	50 g		Mąka pszenna	5 g	3627	Papryka św.	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		S ó l	10 g		Herbata	2 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.			Selery	20 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Kasza manna	30 g		Brokuły	100 g			
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g	07113	Śledz w oleju				
	Herbata	2 g		Filety śledź.	110 g			
				Cebula	60 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		847 [kcal]	Wartość kaloryczna:		973 [kcal]	Wartość kaloryczna:		514 [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 ]
9767	2334	58,09	14,26	327,67	100,06	58,72	14,32	2421,65	39,44	426,70

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