



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	50 g	01026	Fasolowa got.		2306	Ryby wędz.	120 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1327	Roszpinka	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
36442	Kukurydza kons.	10 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
021	Chleb krojony	50 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Śmietana 18%	10 g			
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		Sól	5 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	1 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
	Mleko	300 g		Kasza grycz.	80 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 1193 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1331 [kcal]			Wartość kaloryczna: 486 [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 ]
12599	3011	84.02	34.33	462.77	110.84	83.41	12.72	956.95	39.11	449.90

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