



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01148	Żurek z jajkiem got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszonka	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Chrzan mar.	10 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Płatki owsiane	30 g		Barsz biały	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			01163	Ryż z dżemem i śmietaną				
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	30 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		760 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1310 [kcal]	Wartość kaloryczna:		668 [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]
11457	2738	64.94	25.29	419.36	131.64	82.35	16.40	1552.40	46.67	706.20

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten