



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01166	Solferino lekk. got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
201	Jaja	1 s		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata, bułka, mr			Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Konc. pomidor. 30%	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	300 g	02021	Gulasz wieprz. got.				
	Kasza manna	30 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09144	Buraczki got. z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłko	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 768 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1117 [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]
9495	2269	62.73	19.00	317.40	106.29	79.79	12.91	840.04	50.12	97.00

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