



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1343	Szynka gotowana	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
1326	Szpinak	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Cukier	20 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		Barsz biały	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	02046	Kopytka got z marg.				
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	80 g			
				Ziemniaki	400 g			
				Jaja	0,3 s			
				Margaryna zw.	20 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		922 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1770 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
12851	3071	59.51	17.85	500.41	108.48	89.47	14.72	912.40	53.04	283.70

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