



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Połudwica wędz.	40 g	14010	Brokułowa		1624	Szynka kanapkowa	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Mąka pszenna	5 g	3627	Papryka św.	50 g
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3628	Pomidory	50 g		S ó l	10 g		Herbata	2 g
1327	Roszonka	10 g		Jarzyńska	5 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Brokuły	100 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Kasza manna	30 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz.				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jablka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			

Wartość kaloryczna: 790 [kcal]	Wartość kaloryczna: 1330 [kcal]	Wartość kaloryczna: 500 [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 ]
10960	2619	53.43	19.63	369.66	117.61	92.36	14.78	2662.55	54.04	530.40

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