



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01166	Solferino lekk. got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g	1327	Roszponka	10 g
3634	Salata ziel.	50 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Mleko 2%	20 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.			Konc.pomidor.30%	20 g			
	Mleko	300 g		Jarzyńka	2 g			
	Kasza manna	30 g	07005	Ryba po grecku lekk.				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
		Wartość kaloryczna: 1046 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1254 [kcal]			Wartość kaloryczna: 387 [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]
11241	2687	52.71	11.25	373.59	128.19	63.95	13.42	1082.10	62.07	163.10

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