



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
3634	Salata ziel.	50 g		Selery	20 g	1327	Roszonka	10 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
17001	Herbata got.			Mleko 2%	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got.			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Kasza manna	30 g	07005	Jarzynka	2 g			
				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: 975 [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]
10944	2616	44.71	9.43	373.55	128.15	63.92	13.39	1081.50	61.84	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