



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3803	Dżem porzeczkowy	60 g	01165	Solferino got.		2541	Ser topiony	50 g
17025	Herbata, bułka, mr			Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Bułka 100g	1 sz		Konc. pomidor. 30%	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemiaki	150 g		Chleb krojony	100 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Śmietana 18%	20 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		565 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1204 [kcal]	Wartość kaloryczna:		570 [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]
9791	2340	62.38	25.78	355.09	97.45	57.85	13.71	767.50	32.94	284.60

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten