



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
3628	Pomidor	50 g		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		02021	Gulasz wieprz.got.				
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 g		Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09145	Salata z sosem sał.				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		924 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1039 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
9819	2347	53.97	16.58	331.37	101.54	77.49	13.38	943.34	41.74	182.90

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