



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	40 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got.		1333	Ogonówka	60 g
201	Jaja	1 s		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
1327	Roszpodka	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
17025	Herbata, bułka, mr			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Groszek kons.	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	300 g	100481	Makaron nitki got z serem (mar)				
	Płatki owsiane	30 g		Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		766 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1342 [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 ]
10425	2492	62.58	22.26	328.20	94.03	79.46	13.42	804.70	37.98	245.40

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