



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1331	Frankfurterki	40 g	01026	Fasolowa got.		1333	Ogonówka	60 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3633	Rzodkiewka	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1327	Roszpinka	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Śmietana 18%	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	5 g			
	Mleko	300 g	10048	Jarzynka	1 g			
	Płatki owsiane	30 g		Makaron got. z serem (st)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Ślönina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			0303	Drożdźówka 50g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		831 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1442 [kcal]	Wartość kaloryczna:		497 [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 ]
11587	2769	65.34	21.82	401.06	95.74	84.96	9.62	936.85	39.26	371.20

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