



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
3628	Pomidory	50 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
1326	Szpinak	10 g		Ziemniaki	150 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Makaron nitka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		1124 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1486 [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]
12523	2993	54.70	18.02	457.05	103.91	114.16	16.05	928.50	54.42	286.60

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