



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1324	Poledwica wędz.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Barsz biały	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
				Makaron nitka	100 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
			13220	Łopatka wieprzowa	100 g			
				Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		1345 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1497 [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]	[mg]	[g]	[mg]	
13499	3226	83.51	33.97	449.62	98.65	122.52	18.15	913.50	54.91	286.60

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