



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	2 sz		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.			Bułka 50 g	1 sz			
	Mleko	300 g	02131	Makaron z sosem bolońskim				
	Kasza manna	30 g		Makaron nitka	100 g			
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Marchew	30 g			
				Pomidory	150 g			
				Cebula	20 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna: 1059 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1140 [kcal]			Wartość kaloryczna: 548 [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]
11492	2747	43.22	13.37	430.08	105.28	100.14	15.56	1484.30	50.58	358.80

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