



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1333	Ogonówka	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Makaron nitka	25 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
	Herbata	2 g		Kurczak	200 g			
01073	Manna na mleku got.			Marchew	30 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g			
	Kasza manna	30 g		Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		924 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1183 [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 ]
10422	2491	43.38	14.08	367.99	108.94	63.97	13.52	992.92	44.50	189.20

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten