



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01166	Solferino lekk. got.		1333	Ogonówka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	2 sz		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got.			Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	100481	Jarzyńska	2 g			
				Makaron nitki got z serem (mar)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 1057 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1511 [kcal]			Wartość kaloryczna: 385 [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]
12359	2954	52.83	18.16	448.24	99.81	91.22	15.79	933.70	33.68	328.30

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