



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01148	Żurek z jajkiem got.		1344	Parówki z szynki	70 g
021	Chleb krojony	50 g		Mąka pszenna	10 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
012	Bułka grahamka	1 sz		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Chrzan mar.	10 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
			10048	Makaron got. z serem (si)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		896 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1419 [kcal]	Wartość kaloryczna:		422 [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]
11449	2736	62.24	21.57	408.97	98.25	82.37	15.53	1384.20	41.67	387.30

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