



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	50 g	01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Konc.pomidor.30%	30 g		Herbata	2 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
1326	Szpinak	10 g		Ryż	30 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g		Mleko 2%	40 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
	Mleko	300 g		Kurczak	200 g			
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 1084 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1186 [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]
11104	2654	42.23	13.34	351.92	116.26	66.36	13.83	1058.50	49.70	161.90

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