



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko	300 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Ziemniaki	150 g			
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)				
	Bulka 100g	1 sz		Ryż	80 g			
	Masło roślinne	10 g		Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopatka wieprzowa	50 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		687 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1311 [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]
9972	2383	55.52	18.87	385.71	118.69	82.74	14.45	904.40	45.61	174.80

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