



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	100 g		Ser twarog.	100 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Mleko 2%	40 g
	Mleko	300 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Sól	10 g	3628	Masło roślinne	10 g
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g		Pomidory	50 g
	Masło roślinne	10 g		Bułka 50 g	1 sz			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 649 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1352 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [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]
10303	2462	44.10	16.78	402.15	125.76	77.53	13.66	862.40	53.86	235.50

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