



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1212	Szynka drobiowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Obwarzanek	1 sz	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
3628	Pomidory	50 g		Marchew	30 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 579 [kcal]			Wartość kaloryczna: 915 [kcal]			Wartość kaloryczna: 378 [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]
7830	1871	43.51	15.52	292.61	110.10	81.79	12.86	753.57	51.81	90.70

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