



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką (po		01087	Krupnik z kaszy gryczanej got. (ml)		1347	Poleđwiczanka	60 g	
	Ser twarog.	100 g		Kasza grycz.	25 g		36250	Ogórki szklamiowe	50 g
	Mleko 2%	40 g		Marchew	50 g		17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Szczypior	5 g		Pietruszka	20 g			Herbata	2 g
13237	Rzodkiewka	10 g	2105	Selery	20 g	Cukier	20 g		
	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Kości	50 g	Chleb krojony	100 g		
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g	Masło roślinne	10 g		
	Cukier	20 g		Cebula	10 g				
010981	Masło roślinne	10 g	09116	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)					
	Obwarzanek	1 sz		Marchew	30 g				
	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g				
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g				
	Płatki jęczmienne	30 g	09141	Pietruszka	30 g				
				Selery	30 g				
				Schab b/k	80 g				
				13220	Surówka z białej kapusty (g)				
					Kapusta biała	200 g			
					Majonez	20 g			
					Marchew	20 g			
				09141	Cebula	20 g			
					Musztarda	5 g			
				09141	Śmietana 18%	20 g			
		Ziemniaki got. (g)							
		13220	Ziemniaki	300 g					
			Mleko	15 g					
		13220	Kompot z jabłek got. (porcja)						
			Jablka	80 g					
			Cukier	20 g					
		Wartość kaloryczna: 572 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1150 [kcal]			Wartość kaloryczna: 518 [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]
9371	2240	41,48	15,68	334,79	114,23	83,95	3,02	798,05	63,27	244,20

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