



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Poledwica drobiowa	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3801	Dżem truskawkowy	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Kasza jęczm.	25 g		Bułka 100g	1 sz
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g	03070	Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Masło roślinne	10 g		Łopatka wieprzowa	80 g			
	Obwarzanek	1 sz		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			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 jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 517 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1130 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
8456	2021	49.50	16.45	320.99	109.85	74.24	13.03	1053.87	56.41	98.50

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