



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1336	Szynka mielona	60 g
017	Obwarzanek	1 sz		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
17001	Herbata got. (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	400 g	06104	Gulasz drobiowy got (porcja)				
	Płatki owsiane	30 g		Kurczak ćwiartka	150 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		470 [kcal]	Wartość kaloryczna:		940 [kcal]	Wartość kaloryczna:		370 [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]
7447	1780	38.08	12.87	280.29	112.37	43.35	12.38	766.60	48.27	120.40

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