



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3823	Powidła	60 g	01087	Krupnik z kaszy gryczanej got. (ml)		1336	Szynka mielona	60 g
017	Obwarzanek	1 sz		Kasza grycz.	25 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	400 g		Cebula	10 g			
	Płatki owsiane	30 g	06104	Gulasz drobiowy got (porcja)				
				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			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3625	Ogórki grunt.	100 g			
Wartość kaloryczna: 470 [kcal]			Wartość kaloryczna: 928 [kcal]			Wartość kaloryczna: 482 [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 ]
7866	1880	36,61	12,11	304,36	103,03	53,83	3,43	834,80	55,97	220,40

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