



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01059	Krupnik ryżowy got. (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g	
	Ser twarog.	100 g		Ryż	25 g		3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Ziemniaki	150 g		17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)		Kości	50 g	Herbata	2 g			
	Herbata	2 g	Marchew	50 g	Cukier	20 g			
	Cukier	20 g	Pietruszka	20 g	Bułka 100g	1 sz			
3628	Bułka 100g	1 sz	Selery	10 g	Masło roślinne	10 g			
	Masło roślinne	10 g	Sól	10 g					
	Pomidory	50 g	Jarzynka	2 g					
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)					
				Kurczak	200 g				
				Marchew	30 g				
				Pietruszka	30 g				
				Selery	30 g				
				Mąka pszenna	20 g				
				Mleko 2%	40 g				
				Margaryna zw.	5 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)					
				Jablka	80 g				
				Cukier	20 g				
Wartość kaloryczna:		461 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1125 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
8223	1965	34.36	11.31	305.52	99.30	52.43	11.86	723.70	34.34	136.60

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