



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko	400 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki owsiane	30 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
17026	Herbata, mr, rogal (porcja)			Łopatka wieprzowa	80 g			
	Cukier	20 g		Margaryna	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g			
	Rogal	1 sz		Mąka pszenna	10 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09149	Marchewka got.opr. (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		927 [kcal]	Wartość kaloryczna:		945 [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]
9396	2246	58.14	19.88	344.95	123.64	82.06	13.98	1107.35	47.29	156.90

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