



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
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
17026	Herbata,mr,rogal (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Rogal	1 sz		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Łopatka wieprzowa	80 g			
	Mleko	400 g		Margaryna	5 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1149 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1096 [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]
10955	2618	82.61	35.35	345.49	127.07	85.31	15.95	1123.90	48.35	226.90

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