



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
	Herbata	2 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Obwarzanek	1 sz		Selery	30 g		Bułka 100g	1 sz
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Kasza manna	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		412 [kcal]	Wartość kaloryczna:		870 [kcal]	Wartość kaloryczna:		385 [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 ]
6975	1667	38.91	13.97	282.33	101.82	41.42	11.67	844.90	40.65	154.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten