



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3823	Powidła	60 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Ziemniaki	150 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
	Herbata	2 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Obwarzanek	1 sz		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g			
	Kasza manna	30 g		Fasolka szparag.	30 g			
				Konc.pomidor.30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 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			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 412 [kcal]			Wartość kaloryczna: 921 [kcal]			Wartość kaloryczna: 495 [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]
7647	1828	43,28	15,93	312,05	102,10	51,32	12,96	924,30	47,64	320,10

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