



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1209	Poledwica drobiowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Mleko	400 g		Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Bulka 100g	1 sz		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 699 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1114 [kcal]			Wartość kaloryczna: 364 [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]
9112	2178	50.06	17.30	345.30	111.82	82.06	13.36	914.02	58.45	160.90

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