



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
1209	Poledwica drobiowa	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g		Herbata	2 g
13235	Kawa ml. mr 10g, obwarzanek (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Ryż	30 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	300 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Obwarzanek	1 sz	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
3628	Pomidory	50 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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 439 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1077 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
7948	1900	46.43	16.35	287.40	115.35	80.75	12.85	819.60	50.68	118.30

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