



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3823	Powidła	60 g	01007	Barszcz czerw.zabiel.got. (ml)		1340	Lunchmeat	60 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Buraki	100 g	3627	Papryka św.	50 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Obwarzanek	1 sz		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	5 g			
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 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			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 470 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1108 [kcal]			Wartość kaloryczna: 514 [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]
8753	2092	49,90	18,45	330,14	116,84	48,06	13,71	864,55	47,50	292,70

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