



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
1209	Polędwica drobiowa	40 g		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g		Herbata	2 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jablka	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			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk. (porcja)				
				Jablka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			

ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
			13220	Pietruszka Selery Majonez Śmietana 18% Kompot z jabłek got. (porcja) Jabłka Cukier	40 g 40 g 20 g 20 g 80 g 20 g				
Wartość kaloryczna:		1114 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1556 [kcal]	Wartość kaloryczna:			381 [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]
12765	3051	64.82	23.04	457.24	150.84	93.72	15.42	1556.65	58.61	391.70

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