



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01173	Selerowa z makaronem lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
013	Bagietka	1 sz		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17017	Kakao got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Makaron nitka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Kakao	5 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
				Marchew	30 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 607 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1256 [kcal]			Wartość kaloryczna: 385 [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]
9407	2248	48.83	14.55	375.18	109.69	74.35	12.84	816.04	54.34	165.50

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