



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Konc.pomidor.30%	10 g	3634	Salata ziel.	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Kasza manna	30 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g			
3634	Salata ziel.	20 g		S ó l	10 g			
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	09062	Jarzynki got.opr. (g)				
	Cukier	20 g		Margaryna	7 g			
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	80 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 695 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1026 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
8787	2100	52.42	18.44	323.03	110.18	74.15	12.99	908.97	47.62	123.70

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