



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Kasza jęczm.	25 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko	300 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)		03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Herbata	2 g		Łopátka wieprzowa	80 g			
	Cukier	20 g		Jaja	0,1 s			
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 696 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1130 [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]
9233	2207	50.27	17.47	352.25	107.56	80.64	13.47	791.77	51.50	138.70

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