



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	40 g	0156	Ziemniaczana z makronem l.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1324	Polędwica wędz.	40 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
017	Obwarzanek	1 sz		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Makaron nitka	25 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	400 g		Jarzyńka	2 g			
	Płatki owsiane	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			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 529 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1350 [kcal]			Wartość kaloryczna: 376 [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]
9435	2255	50.47	18.00	338.53	122.75	78.82	12.96	1073.20	64.86	164.50

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