



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1336	Szynka mielona	60 g
	Ser twarog.	100 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17001	Herbata got. (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Sól	10 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
3628	Pomidory	50 g	02021	Gulasz wieprz. got. (g)				
016	Rogal	1 sz		Łopatka wieprzowa	80 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		913 [kcal]	Wartość kaloryczna:		918 [kcal]	Wartość kaloryczna:		368 [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]
9200	2199	54.21	20.66	339.91	112.64	87.74	13.72	801.30	45.24	255.10

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