



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01168	Gryskowa lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Kasza manna	25 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g	02086	Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		Suflet dr. pieczony (g)				
	Bułka 100g	1 sz		Kurczak ćwiartka	200 g			
	Masło roślinne	10 g		Marchew	20 g			
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			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:		727 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1054 [kcal]	Wartość kaloryczna:		374 [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 ]
9015	2155	40.14	13.91	330.10	106.00	62.54	12.64	1037.77	45.48	82.00

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten