



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)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		S ó l	10 g			
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
	Cukier	20 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Bulka 100g	1 sz		Margaryna	5 g			
	Masło roślinne	10 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			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		700 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1050 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
8926	2133	53.06	18.68	325.64	114.73	78.37	13.45	766.50	46.06	98.80

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