



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1209	Poledwica drobiowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
	Mleko 2%	40 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Kasza manna	30 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Chleb krojony	100 g	07004	Ryba po grecku (g)				
3628	Pomidory	50 g		Filety rybne	100 g			
3634	Salata ziel.	10 g		Cebula	30 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Marchew	100 g			
				Pory	20 g			
				Pietruszka	50 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	30 g			
				Selery	50 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 753 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1125 [kcal]			Wartość kaloryczna: 477 [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]
9858	2356	64,57	13,90	367,25	93,02	79,88	14,20	970,10	49,64	319,40

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Ryby Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten