



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01126	Koperkowa lekk.got. (ml)		1345	Kurczak faszerowany	60 g
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Mleko	40 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzyńka	2 g			
	Mleko	400 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
	Płatki owsiane	30 g		Łopatka wieprzowa	100 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			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		779 [kcal]	Wartość kaloryczna:		986 [kcal]	Wartość kaloryczna:		427 [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 ]
9174	2193	59.25	19.57	320.17	110.69	86.77	10.97	692.12	49.73	80.50

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