



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		0156	Ziemniaczana z makronem l.got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
1212	Szynka drobiowa	40 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Makaron nitka	25 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Marchew	30 g			
	Mleko	300 g		Mleko	40 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 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: 1083 [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]
9062	2166	42.54	14.95	351.64	114.01	90.13	13.43	840.30	57.52	113.80

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