



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
13229	Kawa ml, bulka,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
3628	Pomidory	50 g		Jarzyńska	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatką wieprzową	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 549 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1303 [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	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
9353	2235	48.21	18.27	328.07	120.13	77.29	12.17	788.40	56.08	171.50

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