



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
	Ser twarog.	100 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
	Mleko 2%	40 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
13227	Kawa ml,chleb, mr (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Groszek kons.	20 g			
	Chleb krojony	100 g		S ó l	10 g			
3628	Pomidory	50 g		Jarzynka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatką wieprzowa	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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu (porcja)				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 737 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1176 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Łonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10554	2522	68,76	26,36	347,77	120,50	99,36	14,77	1256,10	52,19	415,00

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