



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką (po Ser twarog.	100 g	01042	Krupnik jęczm.got. (ml)		1305	Golonka pr.	60 g
	Mleko 2%	40 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
	Szczypior	5 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Rzodkiewka	10 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńska	2 g			
3628	Pomidory	50 g	02105	Stek wp. smażony (porcja)				
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Łopatką wieprzowa	120 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Kasza manna	30 g		Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		836 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1233 [kcal]	Wartość kaloryczna:		421 [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]
10418	2490	70,18	25,38	383,89	108,33	87,76	12,93	991,69	45,18	298,30

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