



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Półdewica wędz.	40 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Łopatką wieprzowa	100 g			
	Mleko	300 g		Jaja	0,1 s			
	Płatki owsiane	30 g		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			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		706 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1164 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [kcal]
Wartość zestawu:		5,02 [zł]	Wartość zestawu:		5,49 [zł]	Wartość zestawu:		3,04 [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]
9411	2249	56.27	19.65	340.64	109.72	84.17	12.84	838.07	49.52	129.30

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