



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g	01168	Gryskowa lekk.got. Marchew Selery Pietruszka Ziemniaki Kasza manna S ó l Jarzynka	50 g 20 g 20 g 150 g 25 g 10 g 2 g	1333 3635 17025	Ogonówka Sałata lodowa Herbata,bułka,mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	60 g 50 g 2 g 20 g 1 sz 10 g
17025	Herbata,bułka,mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	2 g 20 g 1 sz 10 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. Marchew Mleko Mąka pszenna Pietruszka Selery Schab b/k	30 g 40 g 20 g 30 g 30 g 100 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. Mleko Płatki owsiane	300 g 30 g	09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g			
3628	Pomidory	50 g	09022	Fasolka szparagowa got. Margaryna Bułka tarta Fasolka szparag. kons.	10 g 5 g 150 g			
			13220	Kompot z jabłek got. Jablka Cukier	80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 728 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1094 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 384 [kcal] 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]
9230	2206	46.79	16.83	345.63	102.61	98.59	13.00	942.00	48.40	208.00

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