



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem mp		14010	Brokułowa		1339	Szynka babuni	60 g
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	5 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g		S ó l	10 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g		Jarzyńka	5 g		Cukier	20 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Chleb krojony	100 g		Brokuły	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
01073	Manna na mleku got.		02086	Suflet dr. pieczony				
	Mleko	300 g		Kurczak ćwiartka	200 g			
	Kasza manna	30 g		Marchew	20 g			
3625	Ogórki grunt.	50 g		Pietruszka	10 g			
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 814 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1186 [kcal]			Wartość kaloryczna: 491 [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]
10422	2491	42.96	16.33	369.12	111.84	78.79	14.83	2576.30	49.02	571.00

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