



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	50 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1343	Szynka gotowana	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr			Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
3628	Pomidory	50 g		Jarzynka	2 g			
1326	Szpinak	10 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Filet kurczaka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 853 [kcal]			Wartość kaloryczna: 960 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
9173	2192	43,37	15,04	337,57	110,17	64,09	13,29	1009,37	49,36	132,70

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