



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką		01178	Ziemniaczana czysta z mak. got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
	Ser twarog.	100 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
	Mleko 2%	40 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Szczypior	5 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Rzodkiewka	10 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Makaron nitka	25 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Chleb krojony	100 g	0270	Wątroba wp. smażona w sosie				
	Masło roślinne	10 g		Wątroba	120 g			
01073	Manna na mleku got.			Cebula	20 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	20 g			
	Kasza manna	30 g		Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09118	Sur. z kap. kisz.				
				Kapusta kwasz.	100 g			
				Olej jadalny	15 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	30 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 836 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1247 [kcal]			Wartość kaloryczna: 495 [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]
10787	2578	75.64	25.02	379.77	106.85	103.67	13.98	1109.15	53.16	361.50

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