



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	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. Groszek kons. Ziemniaki Mleko 2%	20 g 150 g 40 g	1343 3635 17025	Szynka gotowana 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		Mąka pszenna Marchew Selery Pietruszka S ó l Jarzynka	10 g 50 g 20 g 20 g 10 g 2 g			
01073	Manna na mleku got. Mleko Kasza manna	300 g 30 g	02021	Gulasz wieprz.got. Łopatka wieprzowa Margaryna Mleko Mąka pszenna Pietruszka Selery Marchew	100 g 5 g 40 g 10 g 20 g 20 g 20 g			
3628	Pomidory	50 g		Ziemiaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g			
3635	Sałata lodowa	10 g	09141	Sur. z marchewki i jabłka Jabłka Marchew Śmietana 18% Majonez Cukier	60 g 150 g 20 g 20 g 5 g			
			09120	Kompot z jablek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g			
			13220					
Wartość kaloryczna: 722 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1178 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
9536	2279	50.18	19.70	330.77	121.48	84.72	12.26	928.80	54.20	202.70

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