



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp		0112	Barszcz czerwony lekk.got		1209	Poledwica drobiowa	40 g
	Ser twarog.	50 g		Buraki	100 g	13103	Herbata, bułka 5.masło	
	Mleko 2%	20 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
13103	Herbata, bułka 5.masło			Mleko	40 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g		Bułka 50 g	1 sz
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło	10 g
	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g	01098	Płatki owsiane na mleku got.	
	Masło	10 g		Ziemniaki	150 g		Mleko	300 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	10 g		Płatki owsiane	30 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 778 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1146 [kcal]			Wartość kaloryczna: 739 [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]
11145	2664	44.79	18.11	430.68	124.89	107.36	14.15	916.42	68.17	200.50

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