



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01154	Ziemniaczana z makronem got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3633	Rzodkiewka	50 g
1327	Roszpinka	10 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
08064	Twaróg z ml.mp			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	10 g			
	Mleko 2%	20 g		Makaron nitka	25 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzyńka	2 g			
	Herbata	2 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Marchew	30 g			
	Mleko	300 g		Mleko	40 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			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: 970 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1241 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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]
11329	2708	48.77	18.06	430.85	115.56	112.38	15.87	1502.20	57.15	465.30

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