



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01126	Koperkowa lekk.got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszpinka	10 g		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bułka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	10 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mleko	40 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 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			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		690 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1119 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
9178	2194	40.64	15.46	329.74	118.64	87.63	13.25	901.05	55.69	191.90

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