



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp		01154	Ziemniaczana z makronem got.		1209	Poledwica drobiowa	60 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
1327	Roszpinka	10 g		Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
021	Chleb krojony	50 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Mąka pszenna	10 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	25 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02045	Kotlet schabowy smażony				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Smalec	20 g			
	Mleko	300 g		Bułka tarta	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09163	Salatka z ogórka kiszzonego				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		963 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1295 [kcal]	Wartość kaloryczna:		484 [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]
11475	2743	73,84	25,39	418,96	105,37	109,84	18,31	1183,20	50,06	459,20

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