



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
13229	Mleko 2%	40 g	03070	Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Kawa ml, bulka,mr (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
3628	Bulka 100g	1 sz	09009	Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
	Pomidory	50 g		Jarzynka	2 g			
				Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatka wieprzowa	80 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					
		Bulka 100g	0,2 sz					
			09141	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
				Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 625 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1136 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
8956	2140	50.47	18.83	329.68	112.39	81.23	12.13	789.77	51.89	132.70

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