



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
016	Rogal	1 sz		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got. (porcja)		2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Cukier	20 g		Marchew	30 g			
	Herbata	2 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 885 [kcal]			Wartość kaloryczna: 915 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
9096	2174	49.27	16.27	350.42	118.11	86.44	14.27	1191.67	56.52	201.30

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