



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01173	Selerowa z makaronem lekk.got. (porcja)		1212	Szynka drobiowa	60 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	100 g		Mleko 2%	40 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Mleko 2%	40 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Makaron nitka	30 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	30 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	400 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Płatki owsiane	30 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	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 779 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1164 [kcal]			Wartość kaloryczna: 378 [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]
9713	2321	54.57	20.67	360.05	112.17	91.99	12.42	735.90	58.94	160.70

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