



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got. (por		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Ser twarog.	100 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Makaron nitka	25 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Cukier	20 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
	Bulka 100g	1 sz		Kurczak	200 g			
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g			
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 779 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1132 [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]
9563	2286	45.27	16.15	346.17	119.40	68.34	12.36	1004.00	56.85	84.40

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