



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01180	Brokułowa lekk. got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Brokuły	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Mleko	40 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	5 g			
	Masło roślinne	10 g	07063	Ryba got. w jarzynach (g)				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got. opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 697 [kcal]			Wartość kaloryczna: 820 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
7955	1901	39.53	13.04	314.50	108.85	58.60	12.73	2454.12	47.18	181.50

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