



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Polędwica wędz.	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g		Ser twarog.	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko 2%	40 g		Mleko 2%	40 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Herbata	2 g		Marchew	30 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g		Bułka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Bułka 50 g	1 sz		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 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			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		652 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1158 [kcal]	Wartość kaloryczna:		459 [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]
9498	2270	44.42	16.32	367.07	118.88	97.53	13.82	902.10	51.32	161.90

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