



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	40 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1333	Ogonówka	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Pietruszka	20 g			
	Bagietka	1 sz		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Cukier	20 g		Łopátka wieprzowa	100 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			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 809 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1167 [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]
9872	2359	56.28	17.25	373.16	113.86	88.48	13.60	842.64	55.94	173.90

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