



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	40 g	01025	Ziemniaczana lekk.got. (ml)		1333	Ogonówka	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
13233	Bagietka,herbata,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Bagietka	1 sz		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
	Cukier	20 g		Łopatką 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			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 807 [kcal]			Wartość kaloryczna: 868 [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]
8613	2059	53.46	18.21	309.32	108.29	82.56	13.55	834.67	47.58	158.90

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