



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		0156	Ziemniaczana z makronem l.got. (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
	Ser twarog.	100 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Makaron nitka	25 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 461 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1144 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
8303	1984	35.74	12.82	320.34	108.02	55.78	11.83	761.20	41.68	202.70

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