



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	01030	Krupnik jęczm. lekk.got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kasza jęczm.	25 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
	Bulka 100g	1 sz		Łopátka wieprzowa	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Margaryna	5 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Mleko	40 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		694 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1037 [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]
8847	2114	49.41	17.65	328.58	106.03	82.83	12.72	920.77	49.74	133.90

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