



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Półdewica drobiowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		Barsz biały	10 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
	Obwarzanek	1 sz		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)		10123	Makaron nitki got. z mięsem (g)				
	Mleko	300 g		Makaron nitka	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
			13220	Łopatka wieprzowa	100 g			
				Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 542 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1487 [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]
10095	2413	58.47	18.95	366.56	111.25	104.05	14.26	838.10	55.51	168.50

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Gorczyca Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten