



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)		1324	Poledwica wędz.	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
0301	Bułka słodka 50g	1 sz		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	400 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
17001	Herbata got. (porcja)			Łopatka wieprzowa	100 g			
	Cukier	20 g		Jaja	0,1 s			
	Herbata	2 g		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			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 983 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1141 [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]
10490	2507	53.60	18.60	372.24	110.02	89.73	13.53	897.87	54.26	200.30

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