



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką (po		01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
	Mleko 2%	40 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Szczypior	5 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Rzodkiewka	10 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj				
3628	Pomidory	50 g		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			
			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: 577 [kcal]			Wartość kaloryczna: 931 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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]
8387	2004	38,23	12,21	356,41	94,68	66,26	13,58	890,02	31,37	307,10

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