



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	40 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			S ó l	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g	02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
	Bulka 100g	1 sz		Łopatką 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			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 692 [kcal]			Wartość kaloryczna: 967 [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]
8546	2042	51.14	17.93	309.08	108.70	74.22	12.80	860.20	41.70	98.80

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