



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem mp		01043	Koperkowa got.		1348	Rolada schab.	60 g
	Ser twarog.	50 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Pory	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	10 g			
3628	Pomidory	50 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got. opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 501 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1098 [kcal]			Wartość kaloryczna: 620 [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]
9286	2219	48,20	17,37	342,59	91,19	61,37	12,76	847,57	29,22	356,10

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