



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01180	Brokułowa lekk. got.		1333	Ogonówka	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Brokuły	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Mleko	40 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	5 g			
	Masło roślinne	10 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
01073	Manna na mleku got.			Kurczak	200 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Kasza manna	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:		691 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1121 [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]
9184	2195	42.09	14.61	332.09	108.53	64.60	12.42	2478.72	47.38	181.50

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