



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01180	Brokułowa lekk. got.		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Brokuły	100 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata, bułka, mr			Mleko	40 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Bułka 100g	1 sz		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
				Mąka pszenna	5 g		Bułka 100g	1 sz
				Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
				Jarzyńka	5 g			
			2105	Bitek schabowy got. w sosie jarz.				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got. opr.				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		384 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1012 [kcal]	Wartość kaloryczna:		461 [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]
7770	1857	36.09	12.28	299.77	105.25	79.73	11.94	2210.30	39.59	181.50

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