



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	50 g	0156	Ziemniaczana z makronem l.got.		1333	Ogonówka	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
018	Bułka 50 g	2 sz		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	25 g			
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Marchew	30 g			
	Mleko	300 g		Mleko	40 g			
	Płatki jęczmienne	30 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			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1115 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1090 [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]
10831	2589	46.70	16.16	435.89	112.03	110.49	15.63	1020.07	58.88	257.10

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