



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g	01168	Grycikowa lekk.got. Marchew Selery Pietruszka Ziemniaki Kasza manna S ó l Jarzynka	50 g 20 g 20 g 150 g 25 g 10 g 2 g	1343 3635 17025	Szynka gotowana Sałata lodowa Herbata,bułka,mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	60 g 50 g 2 g 20 g 1 sz 10 g
17017	Kakao got. Mleko Cukier Kakao	300 g 20 g 5 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym Łopátka wieprzowa Jaja Mąka pszenna Margaryna zw. Marchew Pietruszka Selery Mleko 2% Bułka 100g	100 g 0,1 s 30 g 5 g 30 g 30 g 30 g 40 g 0,2 sz			
17001	Herbata got. Cukier Herbata	20 g 2 g	09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g			
011	Bułka 100g	1 sz	09120	Sur. z marchewki i jabłka Jabłka Marchew Śmietana 18% Majonez Cukier	60 g 150 g 20 g 20 g 5 g			
22223	Masło roślinne	10 g	13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g			
3628	Pomidory	50 g						
Wartość kaloryczna: 717 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1322 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 379 [kcal] 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]
10120	2419	50.49	19.55	360.93	140.72	85.66	12.31	1049.80	54.44	212.30

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