



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	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got. Marchew Pietruszka	50 g 20 g	1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bułka,mr			Ziemniaki	150 g	1709	Herbata, chleb st,mr	
	Herbata	2 g		Makaron nitka	25 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g		Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym			Chleb stonecznikowy	100 g
01073	Manna na mleku got. Mleko Kasza manna	300 g 30 g		Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		721 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1190 [kcal]	Wartość kaloryczna:		645 [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]
10692	2555	51.49	17.21	361.26	110.14	73.31	13.10	1739.99	47.77	127.10

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