



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1302	Schab pieczony	80 g
08064	Twaróg z ml.mp			Konc.pomidor.30%	10 g	3628	Pomidory	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	80 g	1327	Roszonka	10 g
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bułka,mr	
3635	Salata lodowa	30 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
36442	Kukurydza kons.	20 g		Selery	30 g		Cukier	20 g
3628	Pomidory	30 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bułka 100g	1 sz	02080	Schab pieczony w sosie koperkowym				
	Masło roślinne	10 g		Marchew	40 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Pietruszka	40 g			
	Mleko	300 g		Selery	40 g			
	Płatki owsiane	30 g		Schab b/k	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Koperek	15 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 725 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1273 [kcal]			Wartość kaloryczna: 453 [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]
10253	2450	69.51	23.24	334.32	113.15	103.17	12.23	926.64	48.02	203.30

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