



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	01178	Ziemniaczana czysta z mak. got. Marchew Pietruszka Selery Ziemniaki Makaron nitka	50 g 20 g 20 g 150 g 25 g	1321 3627 17011	Kiełbasa żywiecka Papryka św. Herbata, chleb, mr Herbata Cukier Chleb krojony Masło roślinne	60 g 50 g 2 g 20 g 100 g 10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g		Kości Jarzynka Sól	50 g 2 g 10 g			
17011	Herbata, chleb, mr Herbata Cukier Chleb krojony Masło roślinne	2 g 20 g 100 g 10 g	02105	Stek wp. smażony Łopatka wieprzowa Mąka pszenna Smalec Cebula	120 g 20 g 20 g 20 g			
3628	Pomidory	50 g	09141	Ziemniaki got. Ziemniaki Mleko	300 g 15 g			
			09152	Sur. z kap. pekińskiej Kapusta pekińska Olej jadalny Papryka św. Cebula	200 g 10 g 30 g 20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. Jablka Cukier	80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 839 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1236 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 668 [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]
11473	2742	89.30	31.05	375.50	106.09	106.64	14.69	1173.60	49.05	304.50

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