



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	01025	Ziemniaczana lekk. got. Ziemniaki Marchew Selery Pietruszka Mąka pszenna Mleko 2% Sól Jarzynka	150 g 50 g 20 g 20 g 10 g 40 g 10 g 2 g	1333	Ogonówka	60 g
17025	Herbata, bułka, mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	2 g 20 g 1 sz 10 g				3635	Salata lodowa	30 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g	02021	Gulasz wieprz. got. Łopatka wieprzowa Margaryna Mleko Mąka pszenna Pietruszka Selery Marchew	100 g 5 g 40 g 10 g 20 g 20 g	3628	Pomidory	30 g
3628	Pomidory	50 g				36442	Kukurydza kons.	20 g
1326	Szpinak	10 g				17025	Herbata, bułka, mr Herbata Cukier Bułka 100g Masło roślinne	2 g 20 g 1 sz 10 g
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko Kasza jęczm. Margaryna	80 g 5 g			
			09150	Marchewka got. z wody Margaryna Marchew Cukier Bułka tarta	5 g 150 g 5 g 5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g			
Wartość kaloryczna:		729 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1022 [kcal]	Wartość kaloryczna:		386 [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]
8943	2137	53.44	19.75	323.03	114.25	80.13	12.68	794.40	44.58	106.00

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