



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got		1339	Szynka babuni	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	2 sz		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
1326	Szpinak	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g			
17025	Herbata,bułka,mr			Barsz biały	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bułka 100g	1 sz	01163	Ryż z dżemem i śmietaną				
	Masło roślinne	10 g		Ryż	80 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Śmietana 18%	80 g			
	Mleko	300 g		Cukier	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna:		1444 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1438 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]	[mg]	[g]	[mg]	
13645	3261	71.46	26.74	519.75	135.48	96.10	16.77	1389.30	42.27	601.70

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