



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
1343	Szynka gotowana	40 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Makaron nitka	25 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g	02021	Gulasz wieprz.got.				
	Bułka 100g	1 sz		Łopátka wieprzowa	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Margaryna	5 g			
01073	Manna na mleku got.			Mleko	40 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jablka				
				Jablka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		695 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1202 [kcal]	Wartość kaloryczna:		384 [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]
9541	2280	48.40	18.18	336.41	116.93	84.62	12.71	954.20	55.32	206.30

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