



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		08061	Twaróg z ml.	
17025	Herbata,bułka,mr			Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Mleko 2%	40 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Bułka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	25 g		Cukier	20 g
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko	300 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Kasza manna	30 g	07063	Ryba got.w jarzynach		3628	Pomidory	50 g
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 559 [kcal]			Wartość kaloryczna: 845 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [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]
7804	1865	34.87	12.59	323.87	103.93	48.31	10.70	774.97	43.06	80.50

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Ryby Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten