



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1339	Szynka babuni	60 g	01126	Koperkowa lekk.got.		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g		Ser twarog.	100 g
17025	Herbata,bulka,mr			Mąka pszenna	5 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Koperek	10 g	17025	Herbata,bulka,mr	
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Herbata	2 g
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	10 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g		Bulka 100g	1 sz
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mleko	40 g	3628	Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		S ó l	10 g		Pomidory	50 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzyńska	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	100 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 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.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		645 [kcal]	Wartość kaloryczna:		873 [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]
8278	1978	43.11	15.99	327.31	107.16	63.09	12.28	760.32	45.07	132.70

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