



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
1327	Roszkonka	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata,bułka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	10123	Makaron nitki got. z mięsem				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Makaron nitka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	10 g			
				Łopatka wieprzowa	100 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna:		690 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1353 [kcal]	Wartość kaloryczna:		548 [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]
10839	2591	50.64	16.77	392.31	117.22	91.65	13.97	1049.55	63.67	147.50

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