



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	40 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got		1324	Poledwica wędz.	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
	Mleko 2%	20 g		Mleko	40 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 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		Sól	10 g			
	Bułka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Filet kurczaka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Płatki jęczmienne	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			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 701 [kcal]			Wartość kaloryczna: 876 [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]
8204	1961	40.67	14.48	317.61	101.48	63.22	12.91	769.05	45.88	137.80

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