



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01166	Solferino lekk. got.		08061	Twaróg z ml.	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr			Selery	20 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
	Chleb słonecznikowy	100 g		Mleko 2%	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemiaki	150 g		Cukier	20 g
				Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
				Sól	10 g	3628	Masło roślinne	10 g
				Konc. pomidor. 30%	20 g		Pomidory	50 g
				Jarzyńska	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
				Łopata wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 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: 400 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1230 [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]
9867	2358	60.24	21.00	343.50	90.85	91.96	12.81	1271.17	44.94	140.90

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