



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	40 g	01025	Ziemniaczana lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Mąka pszenna	10 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Bulka 100g	1 sz	06104	Gulasz drobiowy got				
	Masło roślinne	10 g		Kurczak ćwiartka	150 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mleko 2%	40 g			
	Mleko	300 g		Marchew	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09150	Marchewka got. z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bulka tarta	5 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		695 [kcal]	Wartość kaloryczna:		995 [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]
9361	2237	42.21	14.31	318.74	112.63	59.65	13.04	1013.70	48.49	108.40

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