



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	40 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
17025	Herbata,bulka,mr			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Bulka 100g	1 sz		Jarzyńka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	06104	Gulasz drobiowy got				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Kurczak ćwiartka	150 g			
	Mleko	300 g		Mleko 2%	40 g			
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09145	Salata z sosem sal.				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		695 [kcal]	Wartość kaloryczna:		968 [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]
9246	2210	45.52	13.58	302.04	101.11	59.02	12.66	956.54	44.34	102.10

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