



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08064	Twaróg z ml.mp		01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got.		1324	Półdzwica wędz.	60 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Makaron nitka	25 g		Bułka 100g	1 sz
17025	Herbata, bułka, mr			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym				
	Bułka 100g	1 sz		Łopátka wieprzowa	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Jaja	0,1 s			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mąka pszenna	30 g			
	Mleko	300 g		Margaryna zw.	5 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09062	Jarzynki got.opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 701 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1174 [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]
9448	2258	51.78	18.25	353.96	107.67	90.16	13.32	828.87	56.18	133.90

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