



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem mp		01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got.		1339	Szynka babuni	60 g
	Ser twarog.	50 g		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17011	Herbata, chleb, mr			Groszek kons.	20 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Chleb krojony	100 g	10045	Łazanki z kapustą got.				
	Masło roślinne	10 g		Makaron łazanka	80 g			
01073	Manna na mleku got.			Smalec	20 g			
	Mleko	300 g		Kapusta kwasz.	200 g			
	Kasza manna	30 g		Boczek sur.	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
			0303	Drożdżówka 50g	1 sz			
Wartość kaloryczna: 808 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1318 [kcal]			Wartość kaloryczna: 491 [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]
10952	2618	59.40	23.26	372.70	96.38	81.16	15.22	1195.95	42.43	494.40

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten