



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. (porcja)		02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1333	Ogonówka	60 g
	Ser twarog.	100 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	40 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
17001	Herbata got. (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
017	Obwarzanek	1 sz		Jarzynka	2 g			
22223	Masło roślinne	10 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
3628	Pomidory	50 g		Łopátka wieprzowa	80 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 (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09062	Jarzynki got.opr. (g)				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 631 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1137 [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]
9004	2152	57.68	21.27	317.93	115.38	85.18	12.31	794.47	53.87	84.10

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