



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Ser twarog.	50 g		Ziemniaki	150 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)	
	Mleko 2%	20 g		Mleko 2%	40 g		Mleko	300 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g		Płatki jęczmienne	30 g
	Mleko	300 g		Marchew	30 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
3635	Salata lodowa	50 g		S ó l	10 g		Cukier	20 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Jarzyńska	2 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Bułka 50 g	1 sz		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Bułka 100g	1 sz		Marchew	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłko	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		687 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1290 [kcal]	Wartość kaloryczna:		645 [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 ]
10968	2621	51.91	17.62	431.22	127.10	104.06	14.97	953.34	65.88	191.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten