



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
17011	Herbata,chleb,mr (porcja)			Selery	20 g		Mleko 2%	40 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Mleko 2%	20 g		Herbata	2 g
	Chleb krojony	100 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
				Sól	10 g	3628	Masło roślinne	10 g
				Konc.pomidor.30%	20 g		Pomidory	50 g
				Jarzyńka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		486 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1128 [kcal]	Wartość kaloryczna:		461 [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]
8684	2075	40.35	10.85	321.32	100.57	57.10	12.63	993.04	34.32	181.50

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