



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01168	Grysikowa lekk.got. (porcja)		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Mleko 2%	40 g
	Mleko	400 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Kasza manna	25 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g	3628	Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz	02021	Gulasz wieprz.got. (g)			Pomidory	50 g
	Masło roślinne	10 g		Łopatka wieprzowa	80 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		692 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1165 [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]
9701	2319	52.16	19.77	340.04	124.57	82.83	12.36	1111.10	56.83	150.50

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