



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
017	Obwarzanek	1 sz	01025	Ziemniaczana lekk.got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17019	Kawa mleczna got. (ml)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Kawa inka	3 g		Mąka pszenna	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g
08061	Twaróg z ml. (porcja)			Sól	10 g			
	Ser twarog.	100 g		Jarzynka	2 g			
	Mleko 2%	40 g	02046	Kopytka got z marg. (porcja)				
				Jajka	0,3 s			
				Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Ziemniaki	400 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bułka 50 g	1 sz			
Wartość kaloryczna:		477 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1525 [kcal]	Wartość kaloryczna:		374 [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]
9939	2375	52.12	18.01	395.66	98.69	76.54	12.80	958.50	51.05	147.10

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