



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką		01026	Fasolowa got.		1320	Kiełbasa śląska	60 g
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g	22223	Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	40 g		Kości	50 g	021	Chleb krojony	100 g
	Szczypior	5 g		Fasola	40 g	36250	Ogórki szklarniowe	50 g
	Rzodkiewka	10 g		Marchew	50 g	17001	Herbata got.	
021	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana 18%	10 g			
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		S ó l	5 g			
	Herbata	2 g		Jarzyńka	1 g			
			10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
				Kasza grycz.	80 g			
				Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 413 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 291 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 196 [kJ]
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]
8900,00	1955,00	54,00	18,67	338,69	68,86	84,69	8,64	1066,50	26,65	386,70

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