



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
13234	Bagietka,kawa ml,mr (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Bagietka	1 sz		Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko 2%	300 g		Ziemniaki	150 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			07058	Pulpety rybne got. (g)				
				Filety rybne	120 g			
				Bulka	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	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:		679 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1055 [kcal]	Wartość kaloryczna:		385 [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]
8871	2120	35.92	12.77	337.39	112.78	64.20	13.59	861.85	48.41	256.50

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