



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp (porcja)			Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
	Ser twarog.	50 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Mleko 2%	20 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Marchew	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Sól	10 g			
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Jarzyńska	2 g			
	Herbata	2 g		Bułka 50 g	1 sz			
	Cukier	20 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Bułka 100g	1 sz		Marchew	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr. (porcja)				
				Buraki	150 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	7 g			
				Mąka pszenna	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		687 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1284 [kcal]	Wartość kaloryczna:		381 [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]
9840	2352	42.65	14.99	395.67	111.16	91.39	14.17	969.05	49.49	218.06

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