



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
08061	Twaróg z ml.		01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g	
	Ser twarog.	100 g		Mąka pszenna	10 g		3648	Rzodkiew biała	50 g
	Mleko 2%	40 g		Śmietana	20 g		17011	Herb.chleb.masło r.	
17011	Herb.chleb.masło r.		Kości	50 g	Herbata	2 g			
	Herbata	2 g	Marchew	50 g	Cukier	20 g			
	Cukier	20 g	Pietruszka	20 g	Masło roślinne	10 g			
	Masło roślinne	10 g	Selery	20 g	Chleb krojony	100 g			
3628	Chleb krojony	100 g	Groszek kons.	20 g					
	Pomidory	50 g	S ó l	10 g					
			Jarzynka	2 g					
			021 Chleb krojony	50 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: 2 398 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 935 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 038 [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 ]
8371,00	1932,00	53,15	18,09	313,50	67,25	84,98	14,05	1132,00	19,60	460,30

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