



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA					
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma			
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g			
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)				
	Mleko	300 g		Selery	20 g		Herbata	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g			
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g			
	Cukier	20 g	03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)							
	Bułka 100g	1 sz		Łopatka wieprzowa	80 g						
	Masło roślinne	10 g		Jaja	0,1 s						
				Mąka pszenna	30 g						
				Margaryna zw.	5 g						
				Marchew	30 g						
				Pietruszka	30 g						
				Selery	30 g						
				Mleko 2%	40 g						
				Bułka 100g	0,2 sz						
			09141	Ziemniaki got. (g)							
				Ziemniaki	300 g						
				Mleko	15 g						
			09062	Jarzynki got.opr. (g)							
				Margaryna	7 g						
				Marchew	80 g						
				Mąka pszenna	5 g						
				Pietruszka	50 g						
				Selery	50 g						
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)							
				Jablka	80 g						
				Cukier	20 g						
		Wartość kaloryczna:	641 [kcal]			Wartość kaloryczna:	1048 [kcal]			Wartość kaloryczna:	384 [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]
8672	2073	48.28	15.95	330.61	104.98	75.05	13.62	1022.97	51.84	99.10

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