



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	60 g	01179	Ziemniaczana czysta z mak. lek.got. (por		08061	Twaróg z ml. (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
016	Rogal	1 sz		Pietruszka	20 g		Mleko 2%	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g	3628	Pomidory	50 g
	Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
	Płatki owsiane	30 g		Makaron nitka	25 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. (porcja)			Jarzynka	2 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g	07063	Ryba got.w jarzynach (g)			Masło roślinne	10 g
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			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: 804 [kcal]			Wartość kaloryczna: 839 [kcal]			Wartość kaloryczna: 461 [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]
8805	2104	45.10	15.87	356.14	120.48	64.80	12.13	775.77	52.62	149.10

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Ryby Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten