



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01154	Ziemniaczana z makronem got. (porcja)		1341	Parówki	70 g
1209	Polędwica drobiowa	40 g		Marchew	50 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Makaron nitka	25 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			0270	Wątroba wp. smażona w sosie (porcja)				
				Wątroba	120 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną (g)				
				Ogórki	160 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		762 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1204 [kcal]	Wartość kaloryczna:		421 [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]
9989	2387	70,00	27,26	353,74	98,91	91,64	13,98	1002,50	67,51	494,90

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