



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01167	Grysikowa got. (porcja)		1341	Parówki	70 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
1709	Herbata, chleb sl, mr (porcja)			Kości	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)		09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got (g)				
	Mleko	300 g		Kapusta biała	300 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Ryż	40 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Śmietana	20 g			
				Margaryna	5 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	10 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Smalec	10 g			
				Łopátka wieprzowa	70 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna:		861 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1376 [kcal]	Wartość kaloryczna:		420 [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]
11116	2657	66,92	23,06	439,18	132,65	92,69	14,33	1587,50	79,60	360,10

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