



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01165	Solferino got. (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Marchew	50 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
021	Chleb krojony	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Konc. pomidor. 30%	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Śmietana 18%	20 g			
	Mleko	400 g		Sól	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			02086	Suflet dr. pieczony (g)				
				Kurczak ćwiartka	200 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 1034 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1051 [kcal]			Wartość kaloryczna: 492 [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]
10787	2578	57,16	19,04	401,24	135,62	74,70	14,96	1425,60	51,25	364,40

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