



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1332	Kielbasa wiejska	60 g	14010	Brokułowa (g)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
	Kasza manna	30 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Chleb krojony	100 g		Brokuły	100 g			
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
			06028	Kotlet drobiowy smażony (g)				
				Filet kurczaka	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora (porcja)				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 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:		865 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1205 [kcal]	Wartość kaloryczna:		495 [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]
10732	2565	74,68	20,67	374,52	107,72	73,03	15,10	2787,65	51,71	539,10

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