



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kiełbasa żywiecka	40 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1340	Lunchmeat	60 g
201	Jaja	1 s		Selery	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
1709	Herbata, chleb sł, mr (porcja)			Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Bułka 50 g	1 sz			
	Mleko	300 g	09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got (g)				
	Kasza manna	30 g		Kapusta biała	300 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			
				Łopatka 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: 928 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1528 [kcal]			Wartość kaloryczna: 505 [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]
12386	2960	84,01	29,90	461,55	135,66	107,87	16,35	1816,40	84,07	451,80

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