



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Polędwica wędz.	60 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Bulka 100g	1 sz
	Mleko 2%	300 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02021	Gulasz wieprz.got. (g)				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09022	Fasolka szparagowa got. (g)				
				Margaryna	10 g			
				Bulka tarta	5 g			
				Fasolka szparag. kons.	150 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		552 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1163 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
8766	2095	57.65	19.93	298.56	96.40	83.18	14.00	838.40	43.15	245.20

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