



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01043	Koperkowa got.		1347	Poledwiczanka	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Pory	10 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	10 g			
	Kasza manna	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
			0270	Wątroba wp. smażona w sosie				
				Wątroba	120 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			19161	Sur. z białej kapusty parzona				
				Kapusta biała	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Cukier	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Musztarda	5 g			
				Marchew	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 875 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1238 [kcal]			Wartość kaloryczna: 519 [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 ]
11007	2631	78.19	26.39	374.60	114.67	92.74	14.05	1115.85	59.45	418.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Gorzycza Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten