



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	60 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym (porc	
3648	Rzodkiew biała	50 g		Ziemniaki	150 g		Jaja	1 s
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Śmietana	20 g		Majonez	20 g
	Kawa inka	3 g		Kości	50 g		Margaryna zw.	5 g
	Cukier	20 g		Kapusta biała	50 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	60 g	17011	Ryż	25 g
	Bułka 100g	1 sz		Selery	30 g		Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
				Fasolka szparag.	30 g		Cukier	20 g
				Konc.pomidor.30%	10 g		Chleb krojony	100 g
				Mąka pszenna	10 g	3635	Masło roślinne	10 g
				S ó l	10 g		Salata lodowa	50 g
				Jarzynka	2 g			
			02106	Zraz wp.pieczony w sosie (porcja)				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09163	Salatka z ogórka kiszzonego (porcja)				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		571 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1309 [kcal]	Wartość kaloryczna:		857 [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]
11450	2737	87,63	30,73	344,64	105,01	81,85	15,47	821,85	54,00	367,00

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