



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	60 g	01150	Ziemniaczana czysta got.		1320	Kiełbasa śląska	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	50 g	17011	Herb.chleb.masło r.	
1709	Kawa ml.chleb.masło r.			Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		S ó l	10 g		Chleb krojony	100 g
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Kawa inka	3 g	09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got				
				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	60 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			3809	Jabłka	200 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 821 [kJ]	Wartość kaloryczna:		5 350 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 196 [kJ]
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 ]
10367,00	2468,00	62,40	22,98	405,61	85,16	132,79	15,31	1149,00	78,30	363,50

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