



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01037	Jarzynowa got.		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemniaki	150 g		Jaja	1 s
	Mleko	400 g		Śmietana	20 g		Majonez	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Kości	50 g		Margaryna zw.	5 g
17001	Herbata got.			Kapusta biała	50 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Cukier	20 g		Marchew	60 g		Ryż	25 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g	021	Chleb krojony	100 g
				Pietruszka	30 g	22223	Masło roślinne	10 g
				Fasolka szparag.	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
				Konc.pomidor.30%	10 g	17001	Herbata got.	
				Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
				S ó l	5 g		Herbata	2 g
				Jarzynka	1 g			
			02093	Wątróbka dr.got.z podsmażaną cebulą				
				Wątroba drobiowa	120 g			
				Cebula	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 3 223 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 953 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 584 [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 ]
11760,00	2764,00	87,92	30,96	386,74	93,58	130,12	8,63	1371,69	60,40	324,80

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