



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	60 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1332	Kiełbasa wiejska	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Selery	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Ziemniaki	150 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	30 g		Chleb krojony	100 g
	Bułka 100g	1 sz		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			06034	Kurczak pieczony (g)				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		558 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1570 [kcal]	Wartość kaloryczna:		601 [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]
11421	2730	72,47	22,89	373,91	113,87	61,63	15,25	1052,70	54,42	359,50

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