



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1333	Ogonówka	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Kasza manna	30 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g			
	Cukier	20 g		Fasolka szparag.	30 g			
	Chleb krojony	100 g		Konc. pomidor. 30%	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02045	Kotlet schabowy smażony (g)				
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 753 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1375 [kcal]			Wartość kaloryczna: 496 [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]
10980	2624	64,71	25,69	392,74	116,80	95,81	15,59	1213,70	60,84	506,30

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