



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1342	Mielonka wp	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Mąka pszenna	10 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
014	Cebularz	1 sz		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
17019	Kawa mleczna got. (ml)			Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
				Chrzan mar.	10 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
			10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopátka wieprzowa	50 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			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 776 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1386 [kcal]			Wartość kaloryczna: 506 [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 ]
11165	2668	79,18	31,31	385,40	121,00	79,87	16,77	998,50	48,86	402,00

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