



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1344	Parówki z szynki	70 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1212	Szynka drobiowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Śmietana	20 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
	Mleko	300 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Kasza manna	30 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	60 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g			
	Chleb krojony	100 g		Fasolka szparag.	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Konc. pomidor. 30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02043	Kotlet mielony smażony (porcja)				
				Mięso wieprz. gulaszowe	80 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09163	Salatka z ogórka kiszzonego (porcja)				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 680 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1187 [kcal]			Wartość kaloryczna: 377 [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 ]
9388	2244	66,03	21,84	332,65	103,05	54,30	15,64	863,10	50,58	271,30

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