



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01007	Barszcz czerw. zabiela got. (ml)		1402	Pasztetowa	80 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Buraki	100 g	3627	Papryka św.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Chleb krojony	100 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
			06103	Gulasz z żół. adków drob. got. (porcja)				
				Żołądki z indyka	100 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			36251	Ogórki kons.	100 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 688 [kcal]			Wartość kaloryczna: 922 [kcal]			Wartość kaloryczna: 428 [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]
8527	2038	51,73	19,98	357,36	100,38	44,93	14,06	824,95	45,44	336,30

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