



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1341	Parówki	70 g	01165	Solferino got. (porcja)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym (porc	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Jaja	1 s
17011	Herbata,chleb,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Majonez	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Margaryna zw.	5 g
	Cukier	20 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Chleb krojony	100 g		Ziemniaki	150 g		Ryż	25 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
				Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
				Śmietana 18%	20 g		Cukier	20 g
				S ó l	10 g		Chleb krojony	100 g
				Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
			02093	Wątróbka dr.got.z podsmażaną cebulą (g)		3628	Pomidory	50 g
				Wątroba drobiowa	120 g			
				Cebula	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09115	Sur.z kapusty czerw. (g)				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Cukier	10 g			
				Papryka św.	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 420 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1188 [kcal]			Wartość kaloryczna: 858 [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 ]
10318	2466	77,14	24,10	341,96	94,38	74,55	13,50	1004,20	35,81	425,80

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