



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	01168	Grysikowa lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Kasza manna	25 g		Bułka 100g	1 sz
	Bułka 100g	1 sz		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09150	Marchewka got. z wody (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 549 [kcal]			Wartość kaloryczna: 996 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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 ]
8071	1929	37.13	12.64	315.24	109.05	75.55	12.94	956.40	50.35	126.40

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