



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)		01007	Barszcz czerw. zabił. got. (ml)		1305	Golonka pr.	60 g
	Herbata	2 g		Buraki	100 g	4006	Musztarda	20 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Chleb krojony	100 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1345	Kurczak faszerowany	60 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
36252	Ogórki kwasz.	50 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
				Mąka pszenna	5 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got (g)				
				Kapusta biała	300 g			
				Ryż	40 g			
				Konc. pomidor. 30%	30 g			
				Śmietana	20 g			
				Margaryna	5 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	10 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Smalec	10 g			
				Łopátka wieprzowa	60 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 537 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1254 [kcal]			Wartość kaloryczna: 445 [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 ]
9355	2236	56,42	17,04	377,14	98,35	67,18	13,86	773,75	44,43	406,30

<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