



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01154	Ziemniaczana z makronem got. (porcja)		1305	Golonka pr.	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata,chleb,mr (porcja)			Pietruszka	20 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	10 g			
	Mleko	400 g		Makaron nitka	25 g			
	Płatki owsiane	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony (g)				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09128	Sur.z porów i jabłek (porcja)				
				Jabłka	50 g			
				Śmietana	20 g			
				Pory	150 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 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:		923 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1343 [kcal]	Wartość kaloryczna:		420 [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 ]
11238	2686	68,41	21,62	368,71	108,43	67,57	14,28	1096,90	57,04	396,50

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