



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Mleko	400 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
17025	Herbata, bulka, mr (porcja)			Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g			
	Bulka 100g	1 sz		Fasolka szparag.	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko (g)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu (porcja)				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		812 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1371 [kcal]	Wartość kaloryczna:		488 [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]
11175	2671	62,88	22,44	369,34	121,55	76,70	15,13	1399,52	56,29	327,50

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten