



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		252	Ser salami	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
	Mleko	300 g		Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	30 g		Bułka 100g	1 sz
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Kośćci	50 g			
	Chleb krojony	100 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 761 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1371 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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 ]
11000	2629	56,94	23,87	420,41	120,42	80,73	15,52	1492,10	57,32	406,50

<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>	Mleko Gluten