



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1320	Kielbasa śląska	60 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1402	Pasztetowa	80 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mąka pszenna	10 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g			
	Mleko	400 g		Chrzan mar.	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 g			
				Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10111	Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna	20 g			
				Marchew	80 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Łopatka wieprzowa	50 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			09152	Sur.z kap.pekińskiej (g)				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 732 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1242 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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]
10013	2393	74,07	22,92	360,19	108,39	76,54	13,83	1085,60	52,75	272,00

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten