



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01165	Solferino got. (porcja)		1344	Parówki z szynki	70 g
1209	Polędwica drobiowa	40 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		Śmietana 18%	20 g			
	Chleb krojony	100 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	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			
			09152	Sur.z kap.pekińskiej (g)				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		915 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1188 [kcal]	Wartość kaloryczna:		422 [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]
10564	2525	75,01	22,36	388,53	112,76	87,45	14,75	1057,10	53,33	418,20

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