



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01007	Barszcz czerw. zabiela got. (ml)		1212	Szynka drobiowa	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Kości	50 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
	Mleko	300 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Kasza manna	30 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	5 g			
	Chleb krojony	100 g		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			07004	Ryba po grecku (g)				
				Filety rybne	100 g			
				Cebula	30 g			
				Konc. pomidor. 30%	30 g			
				Marchew	100 g			
				Pory	20 g			
				Pietruszka	50 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	30 g			
				Selery	50 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:		688 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1127 [kcal]	Wartość kaloryczna:		411 [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]
9311	2225	65,32	13,43	355,17	89,89	59,39	14,14	937,65	48,21	371,40

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