



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	60 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym (porc	
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g		Jaja	1 s
17011	Herbata,chleb,mr (porcja)			Śmietana	20 g		Majonez	20 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Margaryna zw.	5 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Ryż	25 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
				Groszek kons.	20 g		Herbata	2 g
				S ó l	10 g		Cukier	20 g
				Jarzyńska	2 g		Bułka 100g	1 sz
			0270	Wątroba wp. smażona w sosie (porcja)			Masło roślinne	10 g
				Wątroba	120 g	36252	Ogórki kwasz.	50 g
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną (g)				
				Ogórki	160 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 520 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1011 [kcal]			Wartość kaloryczna: 742 [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 ]
9514	2274	69,27	25,90	282,82	80,29	61,46	13,17	797,90	39,35	377,10

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