



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01043	Koperkowa got. (ml)		1342	Mielonka wp	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	10 g			
				Pory	10 g			
				Pietruszka	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			0270	Wątroba wp. smażona w sosie (porcja)				
				Wątroba	120 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną (g)				
				Ogórki	160 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		657 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1083 [kcal]	Wartość kaloryczna:		505 [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 ]
9394	2245	66,55	27,02	329,03	96,65	87,01	15,13	1011,85	56,21	526,70

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten