



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
3625	Ogórki grunt.	50 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09130	Sur. z kap. czerw (porcja)				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		697 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1228 [kcal]	Wartość kaloryczna:		600 [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]
10565	2525	74,94	15,36	352,38	84,95	68,31	13,42	818,90	47,36	274,10

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