



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	40 g	01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)		0733	Ryba smażona (porcja)				
	Mleko	300 g		Filety rybne	100 g			
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	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)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 1039 [kcal]			Wartość kaloryczna: 987 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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 ]
10553	2522	83,58	30,16	366,26	98,35	76,56	16,51	1045,90	55,60	383,30

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