



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		01037	Jarzynowa got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
	Mielonka wp	40 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17001	Herbata got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	30 g			
3628	Pomidory	50 g		Fasolka szparag.	30 g			
				Konc.pomidor.30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopátka wieprzowa	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora (porcja)				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 689 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1334 [kcal]			Wartość kaloryczna: 504 [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 ]
10574	2527	53.35	18.37	391.42	102.34	89.09	15.59	1297.30	41.73	444.50

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