



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1341	Parówki	70 g	01178	Ziemniaczana czysta z mak. got. (porcja)		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Makaron nitka	25 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
				Jarzynka	2 g			
				Sól	10 g			
			02106	Zraz wp. pieczony w sosie (porcja)				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09144	Buraczki got. z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		421 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1295 [kcal]	Wartość kaloryczna:		601 [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 ]
9693	2317	74,41	22,94	353,69	87,66	59,20	12,64	899,79	25,07	357,50

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