



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	40 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1305	Golonka pr.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	20 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Fasolka szparag.	30 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Konc. pomidor. 30%	10 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Kasza manna	30 g		Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got. w sosie jarz. (porcja)				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			

Wartość kaloryczna: 1045 [kcal]	Wartość kaloryczna: 1256 [kcal]	Wartość kaloryczna: 422 [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 ]
11395	2723	74,34	33,38	394,49	120,14	89,89	16,80	1219,00	51,46	440,70

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