



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1341	Parówki	70 g	01167	Grysikowa got. (porcja)		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Mleko 2%	300 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatka wieprzowa	100 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			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu (porcja)				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 583 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1312 [kcal]			Wartość kaloryczna: 599 [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]
10435	2494	55,44	17,50	391,07	112,99	80,74	13,62	1056,40	56,31	334,30

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