



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	40 g	01041	Kalafiorowa zabel.got. (ml)		1324	Poleđwica wędz.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Mąka pszenna	10 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
016	Rogal	1 sz		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kalafior	130 g		Chleb krojony	100 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Selery	20 g			
	Kasza manna	30 g		Pietruszka	20 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06028	Kotlet drobiowy smażony (g)				
				Filet kurczaka	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 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)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 1027 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1033 [kcal]			Wartość kaloryczna: 496 [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 ]
10695	2556	93.12	34.05	354.91	88.29	85.09	16.80	857.90	68.37	403.30

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