



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	40 g	01043	Koperkowa got. (ml)		1344	Parówki z szynki	70 g
201	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Kości	50 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Kasza manna	30 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Selery	10 g			
	Bagietka	1 sz		Pory	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
			02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie (g)				
				Łopátka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Łopátka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09116	Surówka z białej kapusty (g)				
				Kapusta biała	200 g			
				Majonez	20 g			
				Marchew	20 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Śmietana 18%	20 g			

ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 893 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1720 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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]
12684	3031	94,10	28,07	409,48	107,32	108,91	14,49	1197,55	68,17	487,10

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