



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3803	Dżem porzeczkowy	40 g	01026	Fasolowa got. (ml)		1305	Golonka pr.	60 g
1209	Polędwica drobiowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Bagietka	1 sz		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Śmietana 18%	10 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Sól	5 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	1 g			
	Kasza manna	30 g	10087	Pierogi ruskie gotowane (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Śłonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Margaryna	20 g			
			09043	Kapusta kiszona zasmaż. (g)				
				Kapusta kwasz.	200 g			
				Śłonina	10 g			
				Konc. pomidor. 30%	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 738 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1957 [kcal]			Wartość kaloryczna: 421 [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]
13036	3116	99,70	27,75	470,46	99,86	90,02	9,15	991,75	54,90	332,30

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