



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1342	Mielonka wp	60 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1336	Szynka mielona	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Marchew	30 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got. (porcja)			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Bułka 50 g	1 sz			
	Mleko	300 g	09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got (g)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Kapusta biała	300 g			
				Ryż	40 g			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Śmietana	20 g			
				Margaryna	5 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	10 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Smalec	10 g			
				Łopatka wieprzowa	70 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 923 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1528 [kcal]			Wartość kaloryczna: 480 [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]
12266	2932	67,25	24,56	497,20	136,93	101,92	17,46	1304,80	70,34	493,80

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