



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01043	Koperkowa got. (ml)		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
1335	Pieczeń wieprzowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Kości	50 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got. (porcja)			Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	10 g			
	Herbata	2 g		Pory	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Pietruszka	10 g			
	Mleko	400 g		S ó l	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			06104	Gulasz drobiowy got (porcja)				
				Kurczak ćwiartka	150 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09115	Sur.z kapusty czerw. (g)				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Cukier	10 g			
				Papryka św.	10 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:		1249 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1056 [kcal]	Wartość kaloryczna:		606 [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]
12183	2912	82,33	23,99	430,54	132,84	82,97	14,88	1632,35	53,74	329,30

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