



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01007	Barszcz czerw.zabiel.got. (ml)		1332	Kiełbasa wiejska	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Buraki	100 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
17011	Herbata,chleb,mr (porcja)			Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
				Mąka pszenna	5 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	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			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		495 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1231 [kcal]	Wartość kaloryczna:		603 [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]
9745	2329	68,49	17,05	343,92	93,01	58,53	15,11	1128,95	37,04	445,30

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