



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01007	Barszcz czerw. zabił.got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszponka	10 g		Kości	50 g	17025	Herbata, bułka, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemiaki	150 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			02106	Zraz wp. pieczony w sosie				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09152	Sur. z kap. pekińskiej				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 691 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1275 [kcal]			Wartość kaloryczna: 392 [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]
9866	2358	80,24	28,30	335,06	99,78	69,32	12,66	910,10	37,27	349,50

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