



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01026	Fasolowa got.		1347	Poledwiczanka	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata, chleb, mr			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	5 g			
				Jarzynka	1 g			
			06103	Gulasz z żół. adków drob. got.				
				Żółądki z indyka	100 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			36251	Ogórki kons.	100 g			
Wartość kaloryczna: 706 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1007 [kcal]			Wartość kaloryczna: 519 [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]
9340	2232	62.32	21.11	340.34	84.58	57.26	9.07	747.65	40.60	300.90

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