



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01007	Barszcz czerw. zabił.got.		1345	Kurczak faszerowany	60 g
1333	Ogonówka	40 g		Buraki	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1327	Roszponka	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got				
	Kasza manna	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			
				Łopátka wieprzowa	70 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 1039 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1460 [kcal]			Wartość kaloryczna: 538 [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]
12711	3038	76,69	24,97	470,73	133,33	109,64	14,39	1356,05	84,98	421,70

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