



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	14010	Brokułowa		1624	Szynka kanapkowa	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Mąka pszenna	5 g	3627	Papryka św.	50 g
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
1327	Rozzponka	10 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Brokuły	100 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Kasza manna	30 g	02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
				Łopátka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Olej jadalny	10 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną				
				Ogórki	150 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		777 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1243 [kcal]	Wartość kaloryczna:		500 [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 ]
10542	2520	73.78	21.29	341.13	100.82	77.93	14.21	2620.40	50.51	578.30

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten
Obiad	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten