



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz	01111	Pomidorowa z makaronem got. (g)		1340	Lunchmeat	60 g
1321	Kiełbasa żywiecka	40 g		Konc.pomidor.30%	20 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
13228	Kawa ml. chleb sł,mr (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Makaron wstążka	30 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Selery	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie (g)				
				Łopatka 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			
				Łopatka 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			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09118	Sur.z kap.kisz (g)				
				Kapusta kwasz.	100 g			
				Olej jadalny	15 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	30 g			

ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
			13220	Cukier Kompot z jabłek got. (porcja) Jabłka Cukier	5 g 80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 988 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1659 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 505 [kcal] 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]
13189	3152	136,77	45,09	373,61	107,96	115,27	17,45	1701,30	55,54	438,00

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