



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1335	Pieczeń wieprzowa	60 g	01112	Pomidorowa z ryżem got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ryż	30 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
1709	Herbata,chleb sł,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Jarzyńka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony (g)				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09152	Sur.z kap.pekińskiej (g)				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		854 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1126 [kcal]	Wartość kaloryczna:		495 [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]
10355	2475	73.94	17.35	345.04	104.02	70.47	14.17	1563.80	45.45	346.60

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