



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01167	Gryskowa got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka (g)				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		772 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1086 [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]
9847	2353	52,17	21,48	369,58	117,89	75,47	15,00	1602,20	61,61	373,50

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