



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01112	Pomidorowa z ryżem got. (ml)		1324	Polędwica wędz.	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Ryż	30 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c,chleb sl,mr (s)			Śmietana	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09157	Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja)				
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
			13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)				
				Jabłka	80 g			
Wartość kaloryczna: 514 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1069 [kcal]			Wartość kaloryczna: 415 [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]
10553	2522	68.72	22.68	337.25	56.60	121.26	17.13	1332.10	64.00	463.60

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