



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01114	Pomidorowa z ryżem lekk.got. (porcja)		1324	Półdewica wędz.	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Konc.pomidor.30%	30 g		Herbata	2 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Płatki jęczmienne	30 g		Ryż	30 g		Masło roślinne	10 g
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Bułka 100g	1 sz		Marchew	30 g			
	Masło roślinne	10 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			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk. (porcja)				
				Jabłka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 764 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1131 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [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]
9531	2278	48.72	17.09	329.86	117.51	91.60	13.53	921.50	60.32	198.80

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