



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)		1341	Parówki	70 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Konc.pomidor.30%	30 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Ryż	30 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
1709	Herbata,chleb sł,mr (porcja)			Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g	02045	Kotlet schabowy smażony (g)				
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		861 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1352 [kcal]	Wartość kaloryczna:		419 [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]
11010	2631	75,18	28,24	371,11	113,01	94,59	15,05	1629,60	59,85	440,60

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