



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01165	Solferino got. (porcja)		252	Ser salami	60 g
3634	Salata ziel.	50 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Konc. pomidor. 30%	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
				Mąka pszenna	10 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06028	Kotlet drobiowy smażony (g)				
				Filet kurczaka	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				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:		491 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1240 [kcal]	Wartość kaloryczna:		606 [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]
9780	2337	66,93	20,18	342,87	95,40	64,96	15,15	1432,50	40,02	476,50

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