



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	14010	Brokułowa (g)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	5 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			S ó l	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Obwarzanek	1 sz		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g			
	Mleko	300 g		Brokuły	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Ziemniaki	150 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			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz. (porcja)				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jablka	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)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		578 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1210 [kcal]	Wartość kaloryczna:		496 [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]
9555	2284	58,93	24,80	325,76	114,45	81,83	14,95	2427,35	46,29	419,70

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