



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01007	Barszcz czerw.zabiel.got.		1348	Rolada schab.	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Kawa inka	3 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	5 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02120	Pieczeń rzymska				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka 100g	0,1 sz			
				Cebula	20 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz.				
				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.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		658 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1217 [kcal]	Wartość kaloryczna:		619 [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]
10434	2494	68.97	23.24	346.79	110.00	91.38	14.75	1203.45	46.27	420.90

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