



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	100 g		Ser twarog.	100 g
17017	Kakao got.			Śmietana 18%	20 g		Mleko 2%	40 g
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g		Szczypior	5 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Rzodkiewka	10 g
	Kakao	5 g		Pietruszka	30 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g		Cukier	20 g
				Jarzynka	2 g		Chleb krojony	100 g
				Bułka 50 g	1 sz		Masło roślinne	10 g
			02045	Kotlet schabowy smażony		3628	Pomidory	50 g
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	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			
				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.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 541 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1519 [kcal]			Wartość kaloryczna: 577 [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]
11032	2637	69.03	28.33	368.57	115.22	106.22	15.29	1104.65	47.89	480.90

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