



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got.		1348	Rolada schab.	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Konc.pomidor.30%	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr			Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Kawa inka	3 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Makaron wstążka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 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 jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		658 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1327 [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 ]
10897	2604	71.81	23.56	336.32	109.89	71.01	14.53	1184.62	41.53	386.20

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