



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1348	Rolada schab.	60 g	01043	Koperkowa got.		1333	Ogonówka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata, chleb, mr			Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Selery	10 g			
	Mleko	300 g		Pory	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Pietruszka	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02106	Zraz wp.pieczony w sosie				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09163	Salátka z ogórka kiszzonego				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		888 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1241 [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 ]
10983	2625	92.86	34.05	355.16	98.60	92.54	16.40	987.30	36.05	452.90

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