



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1348	Rolada schab.	60 g	01167	Grysikowa got.			Masło roślinne	10 g
021	Chleb krojony	50 g		Marchew	50 g			
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Pietruszka	20 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
3627	Papryka św.	50 g		Kości	50 g			
1326	Szpinak	10 g		Ziemniaki	150 g			
17001	Herbata got.			Kasza manna	25 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01073	Manna na mleku got.		02132	Pulpeciki w sosie pomidorowym				
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Kasza manna	30 g		Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Mleko	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Konc.pomidor.30%	30 g			
				Pomidory pelati	80 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09145	Salata z sosem sal.				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 906 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1223 [kcal]			Wartość kaloryczna: 71 [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]
9204	2200	60.71	19.67	315.95	81.76	83.94	12.12	1136.04	49.45	131.40

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