



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Poledwica drobiowa	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
021	Chleb krojony	50 g		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
012	Bułka grahamka	1 sz		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
3627	Papryka św.	30 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	20 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Bułka 50 g	1 sz			
	Mleko	300 g	02045	Kotlet schabowy smażony				
	Płatki jęczmienne	30 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			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		884 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1363 [kcal]	Wartość kaloryczna:		493 [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]
11466	2740	67.68	25.34	437.66	104.27	107.43	17.34	1643.47	49.14	456.90

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