



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1348	Rolada schab.	50 g	01037	Jarzynowa got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g			
	Herbata	2 g		Fasolka szparag.	30 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Konc.pomidor.30%	10 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym				
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09145	Salata z sosem sał.				
				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:		928 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1212 [kcal]	Wartość kaloryczna:		490 [kcal]
Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11004	2630	61.29	20.13	352.50	103.97	75.72	14.32	1218.26	47.74	319.70

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