



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1348	Rolada schab.	60 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
				Kośćci	50 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09152	Sur.z kap. pekińskiej (g)				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 621 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1227 [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 ]
9804	2343	55,33	16,14	396,69	92,71	78,33	14,80	991,20	31,97	447,30

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Łubin Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten