



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1302	Schab pieczony	60 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1348	Rolada schab.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
09073	Jajko w sosie chrzanowym (g)			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Chrzan mar.	30 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Śmietana	30 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Majonez	20 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Jaja	1 s		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Chrzan mar.	10 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Chleb krojony	100 g		Barsz biały	10 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony (g)				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			10101	Ryż got. na sypko (g)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09149	Marchewka got. opr. (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		874 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1241 [kcal]	Wartość kaloryczna:		627 [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]
11476	2743	84,65	27,13	331,45	93,36	87,86	13,54	842,07	33,22	416,50

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