



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Selery	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herb.chleb.maslo r.	
1710	Herb.chleb sl. maslo r.			Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kości	50 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			0733	Ryba smażona				
				Filety rybne	100 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09118	Sur.z kap.kisz				
				Kapusta kwasz.	100 g			
				Olej jadalny	15 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	30 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 488 [kJ]	Wartość kaloryczna:		5 831 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 056 [kJ]
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 ]
10375.00	2465.00	78.78	15.28	377.41	72.67	89.30	15.81	1700.40	28.22	417.90

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