



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1335	Pieczeń wieprzowa	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got.		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym	
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Jaja	1 s
17025	Herbata,bulka,mr			Śmietana	20 g		Majonez	20 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Margaryna zw.	5 g
	Cukier	20 g		Makaron wstążka	30 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	50 g		Ryż	25 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g	3628	Pomidory	50 g
				Selery	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
				Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
				S ó l	10 g		Cukier	20 g
				Jarzynka	2 g		Chleb krojony	100 g
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym			Masło roślinne	10 g
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bulka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		2 037 [kJ]	Wartość kaloryczna:		5 248 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 591 [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]
10876,00	2571,00	64,71	19,91	353,78	79,56	98,02	12,93	918,40	46,42	347,90

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