



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01154	Ziemniaczana z makronem		1402	Paszтетowa	80 g
253	Ser żółty edamski	40 g		Marchew	50 g	021	Chleb krojony	100 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
011	Bułka	100 g		Selery	20 g	36250	Ogórki szklarniowe	50 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku			Ziemniaki	150 g	17001	Herbata zw.	
	Mleko	300 g		Śmietana 18%	20 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
17001	Herbata zw.		02065	Mąka pszenna	10 g			
	Cukier	20 g		Makaron nitka	25 g			
	Herbata	2 g		Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Bułka	20 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
			09144	Buraczki z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			09141	Ziemniaki b/t				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 2 830 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 417 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 754 [kJ]		
Wartość zestawu: 3,96 [zł]			Wartość zestawu: 5,01 [zł]			Wartość zestawu: 1,91 [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]
10001,00	2341,00	63,98	21,27	376,45	77,02	103,19	3,96	1213,29	54,73	344,40

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