



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1335	Pieczeń wieprzowa	60 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1341	Parówki	70 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
13234	Bagietka, kawa ml, mr (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Bagietka	1 sz		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Groszek kons.	20 g			
	Mleko 2%	300 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			0733	Ryba smażona (porcja)				
				Filety rybne	100 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		788 [kcal]	Wartość kaloryczna:		845 [kcal]	Wartość kaloryczna:		428 [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 ]
8623	2061	64,47	15,60	313,81	97,15	52,40	12,70	931,60	36,39	383,40

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