



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Polędwica wędz.	60 g	01149	Żurek z jajkiem lekk.got (ml)		08063	Salatka jajeczna z ryżem gotowanym (porc	
3628	Pomidory	50 g		Jaja	0,5 s		Jaja	1 s
13229	Kawa ml, bułka,mr (porcja)			Marchew	50 g		Majonez	20 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Margaryna zw.	5 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Szynka kanapkowa	30 g
	Mleko 2%	300 g		Mleko	40 g		Ryż	25 g
	Bułka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
				Barsz biały	10 g		Cukier	20 g
				S ó l	10 g		Bułka 100g	1 sz
				Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)		3635	Salata lodowa	50 g
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	80 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09145	Salata z sosem sał. (g)				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		549 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1010 [kcal]	Wartość kaloryczna:		744 [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]
9639	2304	61.04	18.64	305.10	97.94	82.12	12.70	786.44	52.65	110.20

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten