



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	60 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1348	Rolada schab.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	3627	Papryka św.	50 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr (porcja)			Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	30 g		Chleb krojony	100 g
				Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
				Kośćci	50 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			06028	Kotlet drobiowy smażony (g)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09022	Fasolka szparagowa got. (g)				
				Fasolka szparag.	150 g			
				Margaryna	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		522 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1425 [kcal]	Wartość kaloryczna:		627 [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]
10770	2574	81,05	21,86	392,83	64,08	84,52	16,30	1085,40	26,55	529,00

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