



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01112	Pomidorowa z ryżem got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ryż	30 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Kasza manna	30 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
	Chleb krojony	100 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
			02045	Kotlet schabowy smażony (g)				
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną (g)				
				Ogórki	160 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		872 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1103 [kcal]	Wartość kaloryczna:		601 [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]
10778	2576	88,32	37,27	357,83	101,46	96,40	15,22	1834,90	63,69	440,40

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