



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	02045	Kotlet schabowy smażony (g)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09152	Sur.z kap. pekińskiej (g)				
				Kapusta pekińska	200 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Papryka św.	30 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		876 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1206 [kcal]	Wartość kaloryczna:		602 [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 ]
11232	2684	92,39	34,11	374,82	98,66	99,61	15,73	1686,00	49,82	307,90

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Jajka Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten