



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g	3628	Pomidory	50 g
17025	Herbata,bułka,mr (porcja)			Selery	20 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	400 g		Konc.pomidor.30%	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzyńka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	30 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09156	Surówka z warzyw miesz. lekk. (porcja)				
				Jabłka	30 g			
				Cukier	5 g			
				Marchew	100 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		696 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1298 [kcal]	Wartość kaloryczna:		376 [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]
9916	2370	53.46	18.60	349.71	122.33	83.22	13.54	1058.80	61.64	163.10

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