



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01037	Jarzynowa got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Fasolka szparag.	30 g			
	Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g)				
				Łopátka 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			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09015	Ćwikła z chrzanem (g)				
				Buraki	180 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		876 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1185 [kcal]	Wartość kaloryczna:		495 [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]
10695	2556	65,52	26,32	399,61	108,22	96,35	15,63	1512,00	55,76	379,50

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