



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	60 g	01112	Pomidorowa z ryżem got.		1332	Kiełbasa wiejska	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3627	Papryka św.	50 g
17011	Herbata,chleb,mr			Ryż	30 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
				Selery	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02045	Kotlet schabowy smażony				
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 519 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1322 [kcal]			Wartość kaloryczna: 610 [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]
10256	2451	70.40	25.91	333.66	94.94	69.11	13.94	1134.90	33.53	404.60

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