



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1332	Kielbasa wiejska	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got.		1333	Ogonówka	80 g
201	Jaja	1 s		Konc.pomidor.30%	20 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
17011	Herbata,chleb,mr			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Makaron wstążka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02080	Schab pieczony w sosie koperkowym				
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	40 g			
				Selery	40 g			
				Schab b/k	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Koperek	15 g			
			09022	Fasolka szparagowa got.				
				Margaryna	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Fasolka szparag. kons.	150 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 741 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1260 [kcal]			Wartość kaloryczna: 523 [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]
10561	2524	84.39	27.89	343.52	87.65	112.75	16.46	1312.20	49.30	549.50

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