



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1302	Schab pieczony	60 g	01042	Krupnik jęczm.got.		1333	Ogonówka	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata,chleb,mr			Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz.				
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09115	Sur.z kapusty czerw.				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Cukier	10 g			
				Papryka św.	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 527 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1087 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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]
8832	2111	41.86	9.74	352.10	96.19	88.80	13.73	994.60	32.52	318.10

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