



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01165	Solferino got.		08062	Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką	
3635	Salata lodowa	50 g		Marchew	50 g		Ser twarog.	100 g
13227	Kawa ml, chleb, mr			Pietruszka	20 g		Mleko 2%	40 g
	Kawa inka	3 g		Selery	20 g		Szczypior	5 g
	Mleko 2%	300 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Rzodkiewka	10 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
				Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
				Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
				Jarzynka	2 g	3628	Pomidory	50 g
			06028	Kotlet drobiowy smażony				
				Filet kurczaka	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz.				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		769 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1240 [kcal]	Wartość kaloryczna:		577 [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]
10819	2586	74.94	22.15	363.82	116.12	85.46	15.22	1195.95	50.38	453.90

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