



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01043	Koperkowa got.		1348	Rolada schab.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Koperek	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
1327	Roszonka	10 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Selery	10 g			
	Cukier	20 g		Pory	10 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
				Łopátka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Olej jadalny	10 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną				
				Ogórki	150 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		809 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1201 [kcal]	Wartość kaloryczna:		619 [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]
11004	2630	87.46	26.75	337.11	95.34	82.91	13.61	1159.00	48.60	398.10

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