



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1336	Szynka mielona	50 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1342	Mielonka wp	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Selery	100 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
3627	Papryka św.	50 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			S ó l	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g		Bułka 50 g	1 sz			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		06034	Kurczak pieczony				
	Mleko	300 g		Kurczak	200 g			
	Płatki owsiane	30 g		Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	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 jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1195 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1446 [kcal]	Wartość kaloryczna:		506 [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]
13169	3147	89,84	35,13	421,15	113,64	88,39	19,23	1060,50	41,02	508,70

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