



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01037	Jarzynowa got.		1347	Poledwiczanka	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g			
01073	Manna na mleku got.			Fasolka szparag.	30 g			
	Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02045	Kotlet schabowy smażony				
				Smalec	20 g			
				Bułka tarta	20 g			
				Schab b/k	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		868 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1151 [kcal]	Wartość kaloryczna:		519 [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 ]
10618	2538	67.96	25.54	366.08	98.22	93.67	14.38	1114.50	55.73	421.50

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