



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3802	Dżem wiśniowy	60 g	01172	Selerowa z makaronem got. (porcja)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
013	Bagietka	1 sz		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17017	Kakao got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Kakao	5 g		Ziemniaki	150 g		Masło roślinne	10 g
				Mąka pszenna	10 g			
				Makaron nitka	30 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			02106	Zraz wp. pieczony w sosie (porcja)				
				Łopatka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09144	Buraczki got. z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 607 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1388 [kcal]			Wartość kaloryczna: 603 [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 ]
10871	2598	85.83	31.11	379.45	105.22	82.09	14.06	1128.39	49.45	397.70

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Mleko Gluten
<b>Obiad</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten