



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1620	Golonka prasowana	60 g	01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1402	Pasztetowa	80 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3634	Salata ziel.	20 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	400 g	09002	Bigos z młodej kapusty got. (g)				
	Płatki owsiane	30 g		Kapusta młoda/włoska	300 g			
				Słonina	20 g			
				Mięso wieprz. gulaszowe	80 g			
				Konc. pomidor. 30%	20 g			
				Kiełbasa	30 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	100 g			
Wartość kaloryczna: 743 [kcal]			Wartość kaloryczna: 915 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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]
8691	2077	49.68	15.37	339.49	99.75	48.04	13.73	866.30	40.86	340.10

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