



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		01167	Gryskowa got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
	Mielonka wp	40 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
012	Bułka grahamka	1 sz		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	09006	Bigos pieczony				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Kapusta kwasz.	250 g			
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	40 g			
	Płatki owsiane	30 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
				Kiełbasa śląska	20 g			
				Cebula	20 g			
				Boczek sur.	30 g			
				Smalec	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 894 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1261 [kcal]			Wartość kaloryczna: 485 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11045	2640	71,66	25,27	385,35	116,19	88,67	15,40	1598,70	72,49	165,70

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