



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01172	Selerowa z makaronem got.		1347	Półdewiczanka	60 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3648	Rzodkiew biała	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Makaron nitka	30 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	02105	Stek wp. smażony				
	Płatki owsiane	30 g		Łopátka wieprzowa	120 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 899 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1176 [kcal]			Wartość kaloryczna: 518 [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]
10847	2592	71.80	26.30	373.61	96.67	88.07	14.42	1379.20	49.19	327.70

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