



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3802	Dżem wiśniowy	40 g	01154	Ziemniaczana z makronem got.		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr			Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Śmietana 18%	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Makaron nitka	25 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g	0270	Wątroba wp. smażona w sosie				
				Wątroba	120 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got.z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 626 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1283 [kcal]			Wartość kaloryczna: 604 [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]
10514	2513	78.31	27.70	362.66	102.36	90.68	13.98	1054.74	55.12	302.50

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