



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	40 g	01037	Jarzynowa got.		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1326	Szpinak	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr			Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Fasolka szparag.	30 g			
	Mleko	300 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02086	Suflet dr. pieczony				
				Kurczak ćwiartka	200 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Jaja	0,1 s			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got.opr.				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 943 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1101 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [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]
11103	2654	83,19	34,45	355,34	97,87	87,47	17,27	1685,35	51,53	344,80

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