



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	50 g	01042	Krupnik jęczm.got.		1342	Mielonka wp	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
	Mleko	300 g		Łopatką wieprzowa	80 g			
	Płatki owsiane	30 g		Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Łopatką wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz.				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jabłka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			

ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
			13220	Cebula Ogórki kwasz. Majonez Musztarda Groszek kons. Pory Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	20 g 20 g 20 g 5 g 20 g 20 g 80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 789 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 1777 [kcal] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 507 [kcal] 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]
12859	3073	87.23	25.18	398.43	109.86	100.78	15.67	965.80	50.64	442.50

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