SAMODZIELNY PUBLICZNY
ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
w KRAŚNIKU
ul. CHOPINA 13
23-200 KRAŚNIK

JADŁOSPIS

Należność: Beztłuszczowa

Na dzień: 20-05-2025 (Wtorek)

KRAŚNIK dn.:09-05-2025

ŚNIADANIE

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Polędwica wędz.	50 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g
3628	Pomidory	50 g
1326	Szpinak	10 g
17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.	
	Mleko	300 g
	Płatki owsiane	30 g

Wartość kaloryczna: 642 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

OBIAD

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
01038	Jarzynowa lekk.got.	
	Konc.pomidor.30%	10 g
	Marchew	80 g
	Mąka pszenna	10 g
	Pietruszka	30 g
	Selery	30 g
	Mleko	40 g
	Ziemniaki	150 g
	S ó l	10 g
	Jarzynka	2 g
2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.	
	Filet kurczaka	100 g
	Marchew	30 g
	Mleko	40 g
	Pietruszka	30 g
	Selery	30 g
	Mąka pszenna	20 g
	Margaryna zw.	5 g
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: 927 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

KOLACJA

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g
3635	Sałata lodowa	50 g
17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g

Wartość kaloryczna: 384 [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]
8171	1953	39.99	13.20	334.97	116.55	60.84	12.85	835.05	53.23	119.00

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