



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	60 g	01148	Żurek z jajkiem got.		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Mąka pszenna	10 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
1326	Szpinak	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr	
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Selery	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Chrzan mar.	10 g			
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g			
	Cukier	20 g		Barsz biały	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			01163	Ryż z dżemem i śmietaną				
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	30 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 924 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1310 [kcal]			Wartość kaloryczna: 598 [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]
11850	2832	74.57	26.20	461.72	131.82	87.18	16.05	1858.00	46.40	663.20

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