



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		14010	Brokułowa		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
	Jaja	1 s		Mąka pszenna	5 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
	Mielonka wp	40 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
012	Bułka grahamka	1 sz		S ó l	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Herbata	2 g		Brokuły	100 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g	02130	Leczo				
	Płatki owsiane	30 g		Cukinia	200 g			
				Cebula	30 g			
				Kiełbasa śląska	80 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
				Pomidory	15 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Papryka św.	60 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	100 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna: 894 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1073 [kcal]			Wartość kaloryczna: 600 [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]
10740	2567	90.63	25.13	348.99	109.21	102.43	17.59	4834.60	55.24	524.80

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