



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01042	Krupnik jęczm.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g	17025	Herbata,bułka,mr	
13227	Kawa ml,chleb, mr			Marchew	50 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Selery	20 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Jarzynka	2 g			
			02093	Wątróbka dr.got.z podsmażaną cebulą				
				Wątroba drobiowa	100 g			
				Cebula	20 g			
				Smalec	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09116	Sur. z białej kapusty				
				Kapusta biała	200 g			
				Majonez	20 g			
				Marchew	20 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 772 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1230 [kcal]			Wartość kaloryczna: 387 [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]
10000	2390	71.28	27.13	317.04	105.93	83.32	14.50	1191.40	55.25	342.70

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