



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01037	Jarzynowa got.		1340	Lunchmeat	60 g
3802	Dżem wiśniowy	25 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
3628	Pomidor	50 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	30 g			
	Cukier	20 g		Fasolka szparag.	30 g			
	Herbata	2 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Mąka pszenna	10 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Kasza manna	30 g		Jarzynka	2 g			
			02106	Zraz wp.pieczony w sosie				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		877 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1456 [kcal]	Wartość kaloryczna:		514 [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]
11910	2846	87,56	34,83	359,94	114,43	81,77	15,22	1291,55	46,78	460,20

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten