



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata,chleb,mr			Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
				Bułka 50 g	1 sz			
			02043	Kotlet mielony smażony				
				Mięso wieprz.gulaszowe	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09118	Sur.z kap.kisz				
				Kapusta kwasz.	100 g			
				Olej jadalny	15 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	30 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		604 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1364 [kcal]	Wartość kaloryczna:		661 [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]
11002	2629	79.65	23.55	342.75	88.66	68.11	16.12	1396.10	31.56	421.20

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