



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny		01043	Koperkowa got.		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
	Jaja	1 s		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
	Mielonka wp	40 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1709	Herbata, chleb sł, mr			Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Selery	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Pory	10 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		S ó l	10 g			
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Jarzyńska	2 g			
3634	Salata ziel.	10 g	02105	Stek wp. smażony				
				Łopátka wieprzowa	120 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09065	Mizeria ze śmietaną				
				Ogórki	150 g			
				Śmietana	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		869 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1115 [kcal]	Wartość kaloryczna:		614 [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]
10871	2598	94.52	35.31	341.11	98.72	107.37	15.33	1673.45	69.76	381.50

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