



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA					
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma			
1315	Kielbasa szynkowa	50 g	01037	Jarzynowa got.		1403	Paszтет drobiowy	80 g			
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklarniowe	50 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr				
021	Chleb krojony	50 g		Kości	50 g		Herbata	2 g			
018	Bułka 50 g	1 sz		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g			
3627	Papryka św.	50 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g			
1326	Szpinak	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						
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mąka pszenna	10 g						
	Mleko	300 g		S ó l	10 g						
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g						
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.							
				Filet kurczaka	100 g						
				Marchew	30 g						
				Mleko	40 g						
				Pietruszka	30 g						
				Selery	30 g						
				Mąka pszenna	20 g						
				Margaryna zw.	5 g						
			09144	Buraczki got.z jabłkami							
				Buraki	150 g						
				Jabłka	40 g						
				Cukier	5 g						
				Olej jadalny	7 g						
			09141	Ziemniaki got.							
				Ziemniaki	300 g						
				Mleko	15 g						
			13220	Kompot z jabłek got.							
				Jabłka	80 g						
				Cukier	20 g						
		Wartość kaloryczna:	1343 [kcal]			Wartość kaloryczna:	1024 [kcal]			Wartość kaloryczna:	419 [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]
11656	2786	74,13	29,74	421,29	116,21	78,09	17,06	1152,94	56,18	361,00

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