



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01112	Pomidorowa z ryżem got.		1305	Golonka pr.	60 g
3801	Dżem truskawkowy	25 g		Konc.pomidor.30%	30 g	3633	Rzodkiewka	50 g
0301	Bułka słodka	1 sz		Ryż	30 g	17011	Herbata, chleb, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Kości	50 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	02015	Paprykarz z kurczaka got.				
	Kasza manna	30 g		Kurczak	200 g			
				Margaryna zw.	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Cebula	20 g			
				Papryka miel.	5 g			
				Śmietana	20 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:		1076 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1279 [kcal]	Wartość kaloryczna:		421 [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]
11616	2776	68.25	22.10	361.73	108.39	57.24	13.59	1185.04	43.02	390.20

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