SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ w KRAŚNIKU
ul. CHOPINA 13
23-200 KRAŚNIK

JADŁOSPIS

Należność: Beztłuszczowa

Na dzień: 28-10-2025 (Wtorek)

KRAŚNIK dn.:21-10-2025

ŚNIADANIE

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Polędwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g
3634	Sałata ziel.	10 g
17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.	
	Mleko	300 g
	Płatki owsiane	30 g

Wartość kaloryczna: 654 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

OBIAD

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
01166	Solferino lekk. got.	
	Marchew	50 g
	Selery	20 g
	Pietruszka	20 g
	Mleko 2%	20 g
	Ziemniaki	150 g
	Mąka pszenna	10 g
	S ó l	10 g
	Konc.pomidor.30%	20 g
	Jarzynka	2 g
03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym	
	Łopatka wieprzowa	100 g
	Jaja	0,1 s
	Mąka pszenna	30 g
	Margaryna zw.	5 g
	Marchew	30 g
	Pietruszka	30 g
	Selery	30 g
	Mleko 2%	40 g
	Bułka 100g	0,2 sz
09141	Ziemniaki got.	
	Ziemniaki	300 g
	Mleko	15 g
09009	Buraczki got.opr.	
	Buraki	180 g
	Margaryna	7 g
	Cukier	5 g
	Mąka pszenna	5 g
13220	Kompot z jabłek got.	
	Jabłka	80 g
	Cukier	20 g

Wartość kaloryczna: 1211 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

KOLACJA

Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g
3635	Sałata lodowa	50 g
17025	Herbata,bułka,mr	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g

Wartość kaloryczna: 379 [kcal]
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]
9390	2244	50.82	17.29	341.90	105.66	81.85	12.79	838.07	50.18	153.70

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