



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1333	Ogonówka	60 g
021	Chleb krojony	50 g		Selery	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Bułka 50 g	1 sz			
	Mleko	300 g	09006	Bigos pieczony				
	Płatki owsiane	30 g		Kapusta kwasz.	250 g			
				Łopatka wieprzowa	40 g			
				Konc. pomidor. 30%	10 g			
				Kiełbasa śląska	20 g			
				Cebula	20 g			
				Boczek sur.	30 g			
				Smalec	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna: 960 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1488 [kcal]			Wartość kaloryczna: 495 [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]
12310	2942	70,78	23,69	435,85	118,22	95,91	15,44	1027,20	54,66	427,70

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