



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01165	Solferino got.		1620	Golonka prasowana	60 g
201	Jaja	1 s		Marchew	50 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr			Konc. pomidor. 30%	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Śmietana 18%	20 g			
01073	Manna na mleku got.			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Kasza manna	30 g	02021	Gulasz wieprz. got.				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09144	Buraczki got. z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 1022 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1146 [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]
10833	2589	76,04	24,19	367,55	108,43	84,60	14,27	1215,44	50,73	337,50

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