



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
14063	Paszтет pieczony	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got.		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3802	Dżem wiśniowy	40 g		Konc.pomidor.30%	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
0301	Bułka słodka	1 sz		Kości	50 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Makaron wstążka	30 g		Cukier	20 g
3627	Papryka św.	50 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
1326	Szpinak	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	06034	Kurczak pieczony				
	Kasza manna	30 g		Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09115	Sur.z kapusty czerw.				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Cukier	10 g			
				Papryka św.	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		893 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1237 [kcal]	Wartość kaloryczna:		660 [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 ]
11672	2790	72.62	19.15	328.43	108.12	54.24	13.39	1214.00	43.18	283.10

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Gorzycza Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten