



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
252	Ser salami	60 g	01007	Barszcz czerw. zabił.got.		1209	Poledwica drobiowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	3627	Papryka św.	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Kawa inka	3 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	5 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			02106	Zraz wp. pieczony w sosie				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			36251	Ogórk kons.	100 g			
Wartość kaloryczna: 772 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1144 [kcal]			Wartość kaloryczna: 484 [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]
10045	2401	78,53	34,08	336,64	101,30	90,98	15,77	1520,90	49,34	462,90

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