



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	40 g	01042	Krupnik jęczm. got.		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
022	Chleb razowy	60 g		Kości	50 g	1327	Roszonka	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3635	Salata lodowa	50 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got.			Selery	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	02021	Gulasz wieprz. got.				
	Kasza manna	30 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09163	Salatka z ogórka kiszzonego				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		884 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1052 [kcal]	Wartość kaloryczna:		663 [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]
10876	2599	65.74	19.28	335.76	102.83	78.63	16.34	1329.10	47.21	193.70

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