



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1348	Rolada schab.	50 g	01167	Grysikowa got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		02130	Leczo				
	Mleko	300 g		Cukinia	200 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Cebula	30 g			
				Kiełbasa śląska	80 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
				Pomidory	15 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Papryka św.	60 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	100 g			
Wartość kaloryczna:		928 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1314 [kcal]	Wartość kaloryczna:		659 [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]
12138	2901	71.42	18.80	338.08	104.69	88.94	16.30	3408.55	41.37	413.20

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