



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
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g	1327	Roszpinka	10 g
022	Chleb razowy	60 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			
			09144	Buraczki got. z jabłkami				
				Buraki	150 g			
				Jabłko	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		884 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1057 [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 ]
10895	2604	62.36	19.03	346.11	105.16	76.83	13.79	1312.94	48.72	181.50

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