



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01026	Fasolowa got. (ml)		1320	Kiełbasa śląska	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
17019	Kawa mleczna got. (ml)			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Mleko	300 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
016	Rogal	1 sz		Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	5 g			
				Jarzynka	1 g			
			10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
				Kasza grycz.	80 g			
				Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 659 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1156 [kcal]			Wartość kaloryczna: 534 [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]
9828	2349	59,79	20,54	382,53	103,31	64,59	9,26	1159,15	35,35	403,60

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