



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1332	Kielbasa wiejska	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got. (porcja)		252	Ser salami	60 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Selery	100 g	3627	Papryka św.	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Mleko 2%	40 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got. (porcja)			S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g		Bułka 50 g	1 sz			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)		09006	Bigos pieczony (g)				
	Mleko	300 g		Kapusta kwasz.	250 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Łopatka wieprzowa	40 g			
				Konc.pomidor.30%	10 g			
				Kielbasa śląska	20 g			
				Cebula	20 g			
				Boczek sur.	30 g			
				Smalec	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	25 g			
Wartość kaloryczna: 1013 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1404 [kcal]			Wartość kaloryczna: 615 [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]
12689	3033	90,69	35,19	431,97	110,92	96,83	17,01	2067,00	45,54	344,20

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