



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3802	Dżem wiśniowy	40 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1340	Lunchmeat	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Mąka pszenna	10 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Kośćci	50 g		Herbata	2 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Płatki owsiane	30 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Groszek kons.	20 g			
	Bagietka	1 sz		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie (g)				
	Cukier	20 g		Łopatką wieprzową	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Łopatką wieprzową	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09144	Buraczki got. z jabłkami (g)				
				Buraki	150 g			
				Jabłka	40 g			
				Cukier	5 g			
				Olej jadalny	7 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				

ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
				Jabłka Cukier	80 g 20 g			
Wartość kaloryczna: 815 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1505 [kcal]			Wartość kaloryczna: 505 [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]
11818	2825	95,84	26,78	391,95	111,24	103,28	15,35	928,54	55,44	408,20

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