



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
252	Ser salami	40 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
	Obwarzanek	1 sz		Chrzan mar.	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		Barsz biały	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 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			
			3307	Herbatniki	40 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 591 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1308 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Blonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10495	2508	84.16	30.49	353.42	109.21	87.23	15.61	1506.40	43.70	387.20

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