



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3803	Dżem porzeczkowy	40 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1307	Kiełbasa krak.parz.	60 g
1624	Szynka kanapkowa	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		Kości	50 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
22223	Masło roślinne	10 g		Groszek kons.	20 g			
018	Bułka 50 g	1 sz		S ó l	10 g			
0301	Bułka słodka 50g	1 sz		Jarzynka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)		02105	Stek wp. smażony (porcja)				
	Mleko	400 g		Łopatka wieprzowa	120 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	20 g			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
			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 jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 989 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1104 [kcal]			Wartość kaloryczna: 604 [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]
11288	2698	86,62	30,98	345,31	109,38	97,50	14,93	1146,24	53,86	329,00

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