



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01150	Ziemniaczana czysta got. (porcja)		1305	Golonka pr.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem mp (			Marchew	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Ser twarog.	50 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	20 g		Selery	30 g		Cukier	20 g
	Rzodkiewka	10 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Szczypior	5 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02021	Gulasz wieprz got. (g)				
	Cukier	20 g		Łopatka wieprzowa	100 g			
	Bułka 100g	1 sz		Margaryna	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09167	Bukiet warzyw z wody got. (porcja)				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		510 [kcal]	Wartość kaloryczna:		953 [kcal]	Wartość kaloryczna:		420 [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 ]
7878	1883	51.31	16.52	280.36	83.57	57.75	12.44	842.95	23.92	171.60

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten