



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	60 g	01170	Selerowa z grzankami got.		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Selery	100 g	3627	Papryka św.	50 g
1709	Herbata, chleb sł, mr			Śmietana 18%	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g		Bułka 50 g	1 sz			
			02021	Gulasz wieprz. got.				
				Łopatką wieprzowa	100 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09009	Buraczki got. opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 739 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1224 [kcal]			Wartość kaloryczna: 607 [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]
10754	2570	70.38	21.34	401.63	106.29	89.82	15.13	1846.67	37.47	338.80

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