



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	40 g	01150	Ziemniaczana czysta got.		1343	Szynka gotowana	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Marchew	50 g	17011	Herbata,chleb,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	30 g		Herbata	2 g
17011	Herbata,chleb,mr			Selery	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	09006	Bigos pieczony				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Kapusta kwasz.	250 g			
	Mleko	300 g		Łopatka wieprzowa	40 g			
	Płatki owsiane	30 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
				Kiełbasa śląska	20 g			
				Cebula	20 g			
				Boczek sur.	30 g			
				Smalec	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna:		1060 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1080 [kcal]	Wartość kaloryczna:		490 [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]
11005	2630	84,12	37,29	343,31	98,28	81,17	16,16	996,00	45,11	318,90

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