



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01042	Krupnik jęczm.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1331	Frankfurterki	30 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata,chleb,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
17011	Herbata,chleb,mr			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		09006	Bigos pieczony				
	Mleko	300 g		Kapusta kwasz.	250 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Łopatka wieprzowa	40 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: 835 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1153 [kcal]			Wartość kaloryczna: 486 [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]
10352	2474	66.25	23.73	362.07	96.24	77.85	14.92	1153.10	47.89	266.70

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