



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1209	Półdzwica drobiowa	60 g	01150	Ziemniaczana czysta got.		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
17011	Herbata,chleb,mr			Marchew	50 g	1327	Roszponka	10 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	30 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Cukier	20 g		Selery	30 g		Herbata	2 g
	Chleb krojony	100 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Chleb krojony	100 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzynka	2 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g	0733	Ryba smażona				
	Płatki jęczmienne	30 g		Filety rybne	100 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 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: 750 [kcal]			Wartość kaloryczna: 979 [kcal]			Wartość kaloryczna: 605 [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]
9765	2334	68.32	16.74	362.50	100.61	69.52	15.43	1235.57	41.98	313.10

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