



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01167	Grycikowa got.		1305	Golonka pr.	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Marchew	50 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Kości	50 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		09006	Bigos pieczony				
	Mleko	300 g		Kapusta kwasz.	250 g			
	Płatki owsiane	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			
Wartość kaloryczna: 912 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1161 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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 ]
10425	2492	57.97	21.29	388.67	95.79	74.82	14.44	1057.70	44.97	332.40

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