



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1315	Kielbasa szynkowa	50 g	14010	Brokułowa		1402	Pasztetowa	80 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Mąka pszenna	5 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
022	Chleb razowy	60 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		S ó l	10 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	5 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
3633	Rzodkiewka	50 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Selery	20 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Herbata	2 g		Brokuły	100 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g	02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
	Płatki jęczmienne	30 g		Łopatka wieprzowa	80 g			
				Bułka tarta	15 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Jaja	0,1 s			
				Cebula	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
				Olej jadalny	10 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09022	Fasolka szparagowa got.				
				Margaryna	10 g			
				Bułka tarta	5 g			
				Fasolka szparag. kons.	150 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1324 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1369 [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]
13023	3112	105,14	37,32	416,31	97,40	92,77	17,52	2502,80	40,26	519,90

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