



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01178	Ziemniaczana czysta z mak. got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
022	Chleb razowy	60 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
3627	Papryka św.	50 g		Makaron nitka	25 g		Chleb krojony	100 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g		Sól	10 g			
	Herbata	2 g	09024	Gołąbki z mięsem i ryżem got				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Kapusta biała	300 g			
	Mleko	300 g		Ryż	40 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Konc.pomidor.30%	30 g			
				Śmietana	20 g			
				Margaryna	5 g			
				Cebula	20 g			
				Marchew	10 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	10 g			
				Selery	10 g			
				Smalec	10 g			
				Łopátka wieprzowa	70 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna:		1181 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1471 [kcal]	Wartość kaloryczna:		491 [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 ]
13151	3143	94.56	40.43	445.77	133.35	104.20	17.05	1104.70	76.55	338.00

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten