



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
11031	Pasta z jajka i tuńczyka		01059	Krupnik ryżowy got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Ryż	25 g	3627	Papryka św.	50 g
	Tuńczyk w sosie wł.	30 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Majonez	20 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
022	Chleb razowy	60 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Sól	10 g			
1327	Roszpinka	10 g		Jarzynka	2 g			
17001	Herbata got.		09006	Bigos pieczony				
	Cukier	20 g		Kapusta kwasz.	250 g			
	Herbata	2 g		Łopata wieprzowa	40 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Konc. pomidor. 30%	10 g			
	Mleko	300 g		Kiełbasa śląska	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 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			
			3709	Pomarańcze	100 g			
Wartość kaloryczna: 1108 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1262 [kcal]			Wartość kaloryczna: 668 [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 ]
12710	3038	66.36	23.72	399.01	96.47	80.41	14.79	1118.90	52.81	229.70

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Jajka Mleko Ryby Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten