



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1347	Poledwiczanka	40 g	01059	Krupnik ryżowy got.		14063	Paszтет pieczony	80 g
3627	Papryka św.	50 g		Ryż	25 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3635	Salata lodowa	10 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr	
08064	Twaróg z ml.mp			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Ser twarog.	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
1710	Herbata b/c, chleb, mr			Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	2 g			
	Chleb krojony	100 g	02065	Pieczeń rzymska pieczona w sosie				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Łopatka wieprzowa	80 g			
	Mleko	300 g		Bułka tarta	15 g			
	Płatki owsiane	30 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			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09130	Sur.z kap.czerw				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 758 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1382 [kcal]			Wartość kaloryczna: 632 [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]
11597	2772	85.47	18.21	371.25	78.96	74.83	13.01	717.75	45.63	315.60

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten