



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kiełbasa żywiecka	40 g	01178	Ziemniaczana czysta z mak. got.		1324	Poledwica wędz.	60 g
3802	Dżem wiśniowy	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
0301	Bułka słodka	1 sz		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	14042	Zapiekanka z ziemniaków, jaj i wędliny				
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Kiełbasa śląska	80 g			
	Mleko	300 g		Cebula	20 g			
	Płatki owsiane	30 g		Smalec	20 g			
				Jaja	1 s			
			09145	Ziemniaki	300 g			
				Salata z sosem sal.				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1050 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1367 [kcal]	Wartość kaloryczna:		496 [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]
12188	2913	86.13	28.92	348.15	95.33	97.92	15.92	1340.34	50.57	251.90

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Sezam Orzeszki Seler Soja Gluten
Obiad	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten