



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	01026	Fasolowa got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
017	Obwarzanek	1 sz		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
17019	Kawa mleczna got. (ml)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Mleko	300 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Kawa inka	3 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	5 g			
				Jarzynka	1 g			
			09051	Kopytka got. ze sł. (g)				
				Ziemniaki	400 g			
				Jaja	0,3 s			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Mąka pszenna	80 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		474 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1525 [kcal]	Wartość kaloryczna:		485 [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]
10395	2484	65,62	24,40	408,36	92,90	65,80	9,47	1053,85	53,05	269,20

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