



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01154	Ziemniaczana z makronem got.		1332	Kiełbasa wiejska	60 g
012	Bułka grahamka	1 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g	17011	Herb.chleb.masło r.	
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3634	Salata ziel.	20 g		Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Śmietana 18%	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
				Makaron nitka	25 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			02021	Gulasz wieprz.got.				
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Margaryna	5 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Marchew	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09115	Sur.z kapusty czerw.				
				Kapusta czerw.	200 g			
				Cebula	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Ocet	10 ml			
				Cukier	10 g			
				Papryka św.	10 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1 855 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 824 [kJ]	Wartość kaloryczna:		2 553 [kJ]
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]
9232.00	2158.00	80.72	23.05	299.12	80.01	96.24	13.26	1073.60	50.77	266.10

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