



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1402	Paszetowa	80 g	01170	Selerowa z grzankami got. (porcja)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	100 g	36252	Ogórki kwasz.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
1709	Herbata, chleb sł, mr (porcja)			Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kości	50 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	400 g		Jarzyńka	2 g			
	Płatki owsiane	30 g		Bułka 50 g	1 sz			
			09006	Bigos pieczony (g)				
				Kapusta kwasz.	250 g			
				Łopatka wieprzowa	40 g			
				Konc.pomidor.30%	10 g			
				Kiełbasa śląska	20 g			
				Cebula	20 g			
				Boczek sur.	30 g			
				Smalec	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3809	Jabłka	200 g			
Wartość kaloryczna:		728 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1546 [kcal]	Wartość kaloryczna:		599 [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]
12020	2873	79,24	29,17	432,52	123,42	85,59	16,20	1835,20	58,94	389,70

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