



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
2541	Ser topiony	50 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1320	Kiełbasa śląska	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	3627	Papryka św.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
13237	Herbata , mr 10g , obwarzanek (porcja)			Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Groszek kons.	20 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzyńka	2 g			
	Obwarzanek	1 sz	02106	Zraz wp. pieczony w sosie (porcja)				
				Łopátka wieprzowa	100 g			
				Mąka pszenna	15 g			
				Jaja	0,1 s			
				Smalec	20 g			
				Cebula	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Sos pieczeniowy	10 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			10020	Kasza jęczm. got. na sypko (g)				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09163	Salatka z ogórka kiszzonego (porcja)				
				Ogórki kwasz.	140 g			
				Olej jadalny	10 g			
				Musztarda	5 g			
				Cukier	5 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 579 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1150 [kcal]			Wartość kaloryczna: 534 [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]
9469	2263	96,38	37,77	277,29	101,33	71,30	16,79	1108,05	33,54	324,60

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