



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Mąka pszenna	10 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
1709	Herbata, chleb sł, mr (porcja)			Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Groszek kons.	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	300 g	02043	Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Kotlet mielony smażony (porcja)				
				Mięso wieprz. gulaszowe	80 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu (porcja)				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		1088 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1136 [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]
11337	2710	99,58	43,46	326,45	108,89	77,85	17,42	1839,20	47,98	352,00

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