



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01042	Krupnik jęczm. got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
	Mleko	400 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Kasza jęczm.	25 g		Masło roślinne	10 g
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			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: 770 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1253 [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 ]
10497	2509	64,01	24,04	384,21	136,62	69,27	13,53	1518,60	61,76	185,70

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