



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got.		1343	Szynka gotowana	60 g
011	Bułka 100g	1 sz		Konc.pomidor.30%	20 g	021	Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	36250	Ogórki szklarniowe	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Makaron wstążka	30 g	17001	Herbata got.	
17001	Herbata got.			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mąka pszenna	10 g			
	Mleko	400 g		S ó l	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09155	Surówka z warzyw miesz.				
				Marchew	40 g			
				Cukier	5 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Jablka	30 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Ogórki kwasz.	20 g			
				Majonez	20 g			
				Musztarda	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
				Pory	20 g			
			09141	Ziemniaki b/t got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 3 399 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 341 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 052 [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]
10792.00	2350.00	71.91	23.07	329.38	68.06	114.87	14.54	1205.60	57.91	378.40

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