



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Kapusta biała	50 g	3628	Pomidory	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g			
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			01163	Ryż z truskawkami got. (g)				
				Truskawki	150 g			
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	15 g			
				Cukier puder	15 g			
				Mleko 2%	100 g			
			13219	Kompot z jabłek b/c got. (g)				
				Jabłka	80 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 595 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1173 [kcal]			Wartość kaloryczna: 493 [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 ]
9463	2262	50,65	21,30	392,59	122,81	61,04	14,30	1194,75	39,96	722,60

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