



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1307	Kielbasa krak.parz.	60 g	01026	Fasolowa got. (ml)		1341	Parówki	70 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Fasola	40 g		Herbata	2 g
	Mleko	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Śmietana 18%	10 g			
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g			
	Chleb krojony	100 g		Sól	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Jarzynka	1 g			
			10063	Naleśniki z serem smażone (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
				Mleko	100 g			
				Cukier	20 g			
				Olej jadalny	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 876 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1456 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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 ]
11510	2751	77.38	24.52	423.20	120.88	93.89	10.62	1286.15	54.35	359.80

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