



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	69 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Kapusta biała	50 g	3628	Pomidory	50 g
13228	Kawa ml. chleb sł,mr (porcja)			Buraki	100 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			01163	Ryż z dżemem i śmietaną (g)				
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	30 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 569 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1235 [kcal]			Wartość kaloryczna: 603 [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 ]
10069	2406	67,42	26,68	392,04	132,79	61,78	14,38	1991,65	39,50	643,00

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