



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1402	Paszтетowa	80 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Mąka pszenna	10 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Kości	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Bułka 100g	1 sz
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Chrzan mar.	10 g			
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			10087	Pierogi ruskie gotowane (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Śłonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		1103 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1770 [kcal]	Wartość kaloryczna:		307 [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]
13306	3180	132,32	46,79	401,53	96,03	98,86	15,91	912,10	55,91	271,10

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