



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1305	Golonka pr.	60 g
201	Jaja	1 s		Kapusta biała	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
1709	Herbata, chleb sł, mr (porcja)			Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g			
	Chleb słonecznikowy	100 g		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Mąka pszenna	5 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 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: 934 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1235 [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 ]
10827	2588	73,33	28,21	416,75	133,44	72,92	14,82	1919,65	51,18	643,00

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