



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Kapusta biała	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Mleko	400 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g			
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g			
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
				Kasza grycz.	80 g			
				Pieczarki	160 g			
				Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
				Mąka pszenna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	25 g			
		Wartość kaloryczna: 1064 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1283 [kcal]			Wartość kaloryczna: 490 [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]
11870	2837	76,43	25,92	448,52	111,45	89,88	16,07	1579,15	49,00	515,00

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