



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1212	Szynka drobiowa	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1332	Kiełbasa wiejska	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Kapusta biała	50 g	3627	Papryka św.	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 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			
			0304	Paluszki solone	0,1 op			
Wartość kaloryczna: 757 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1512 [kcal]			Wartość kaloryczna: 610 [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]
12045	2879	86,23	27,37	433,80	124,16	97,71	16,38	1286,55	53,49	381,80

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