



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01183	Barszcz czerwony z jajkiem got. (porcja)		1305	Golonka pr.	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Buraki	100 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana 18%	20 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	5 g			
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Sól	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzyńska	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jaja	0,5 s			
			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:		1107 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1201 [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]
11412	2727	93,38	42,61	401,57	131,69	78,32	16,88	1370,15	44,63	680,00

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