



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01011	Barszcz ukraiński got.		1344	Parówki z szynki	70 g
1321	Kielbasa żywiecka	40 g		Kapusta biała	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Marchew	50 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Herbata	2 g		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Mąka pszenna	5 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
			10063	Naleśniki z serem smażone				
				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.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 1097 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1589 [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]
12996	3106	89,05	27,97	475,87	125,22	106,44	16,29	1497,45	61,98	364,20

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