



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1305	Golonka pr.	60 g	01011	Barszcz ukraiński got.		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Kapusta biała	50 g	3627	Papryka św.	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
012	Bułka grahamka	1 sz		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g			
01073	Manna na mleku got.			Pietruszka	20 g			
	Mleko	300 g		Selery	20 g			
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	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.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	30 g			
Wartość kaloryczna: 691 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1305 [kcal]			Wartość kaloryczna: 609 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Łonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10899	2605	69.42	23.30	425.27	110.29	71.36	14.73	1689.55	45.67	366.80

POSIŁEK	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