



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01011	Barszcz ukraiński got.		1335	Pieczeń wieprzowa	60 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Kapusta biała	50 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
0303	Drożdżówka 50g	1 sz		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3627	Papryka św.	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Selery	20 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	5 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10048	Makaron got. z serem (si)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		1023 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1449 [kcal]	Wartość kaloryczna:		598 [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]
12845	3070	78.38	24.45	450.31	112.88	82.80	14.93	1066.65	39.09	330.40

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