



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08065	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem mp		01011	Barszcz ukraiński got.		1339	Szynka babuni	60 g
	Ser twarog.	50 g		Kapusta biała	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
	Mleko 2%	20 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Rzodkiewka	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Szczypior	5 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
3628	Pomidory	50 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
021	Chleb krojony	50 g		Marchew	50 g			
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Pietruszka	20 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		S ó l	10 g			
	Herbata	2 g		Jarzyńka	2 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.		02047	Kopytka ziemniaczane				
	Mleko	300 g		Ziemniaki	400 g			
	Płatki owsiane	30 g		Mąka pszenna	80 g			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Jaja	0,3 s			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna: 833 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1543 [kcal]			Wartość kaloryczna: 491 [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 ]
11996	2867	62.93	20.89	490.95	99.19	92.51	15.07	1411.80	52.01	484.10

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