



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	50 g	01007	Barszcz czerw. zabił.got.		1339	Szynka babuni	60 g
2542	Ser topiony 22.5 g	1 sz		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
022	Chleb razowy	60 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
1327	Roszonka	10 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Mąka pszenna	5 g			
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g			
	Herbata	2 g		Sól	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	09154	Krokiety z kapustą smażone				
	Płatki jęczmienne	30 g		Cebula	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Kapusta kwasz.	250 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,5 s			
				Smalec	20 g			
				Zupa grzybowa	10 g			
				Bułka tarta	30 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		1172 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1646 [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]
13846	3309	125,22	46,05	441,30	111,95	98,89	18,15	1146,65	53,47	396,90

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