



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
02114	Pasta z jajka i wędliny (porcja)		01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
	Jaja	1 s		Kapusta biała	50 g	3628	Pomidory	50 g
	Mielonka wp	40 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
17025	Herbata, bułka, mr (porcja)			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g			
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g			
	Bułka 100g	1 sz		Selery	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
3627	Papryka św.	50 g		Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10063	Naleśniki z serem smażone (g)				
				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. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 831 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1473 [kcal]			Wartość kaloryczna: 488 [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]
11680	2792	83,96	27,12	404,62	128,50	101,00	14,79	1297,25	64,21	294,20

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