



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1335	Pieczeń wieprzowa	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		2306	Ryby wędz.	120 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Kapusta biała	50 g	3628	Pomidory	50 g
1709	Herbata, chleb sł, mr (porcja)			Buraki	100 g	3634	Salata ziel.	10 g
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Masło roślinne	10 g		Fasola	30 g		Cukier	20 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	20 g			
	Kasza manna	30 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10048	Makaron got. z serem (sł) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 842 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1273 [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]
10906	2607	65,44	20,53	408,52	98,83	69,80	13,30	1631,55	38,86	356,40

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Łubin Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Mleko Gluten