



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01011	Barszcz ukraiński got.		1344	Parówki z szynki	70 g
1321	Kielbasa żywiecka	40 g		Kapusta biała	50 g	3625	Ogórki grunt.	50 g
3627	Papryka św.	50 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
1327	Roszpodka	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Mąka pszenna	5 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	2 g			
			10087	Pierogi ruskie gotowane				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Śłonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna: 957 [kcal]			Wartość kaloryczna: 2012 [kcal]			Wartość kaloryczna: 419 [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 ]
14178	3389	104.13	28.61	510.37	113.94	109.12	15.25	1080.95	61.35	385.60

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