



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	40 g	01026	Fasolowa got.		1315	Kielbasa szynkowa	60 g
08064	Twaróg z ml.mp			Ziemniaki	150 g	3633	Rzodkiewka	50 g
	Ser twarog.	50 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Mleko 2%	20 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana 18%	10 g			
1327	Roszonka	10 g		Mąka pszenna	10 g			
17001	Herbata got.			S ó l	5 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	1 g			
	Herbata	2 g	10122	Kasza gryczana got. z sosem pieczarkowym				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Kasza grycz.	80 g			
	Mleko	300 g		Pieczarki	160 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Margaryna	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Cebula	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3809	Jabłka	200 g			
		Wartość kaloryczna: 1092 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1255 [kcal]			Wartość kaloryczna: 661 [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]
12586	3008	68.45	22.96	458.50	118.19	89.00	11.23	1703.75	49.75	433.80

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