



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
08061	Twaróg z ml. Ser twarog. Mleko 2%	100 g 40 g	01148	Żurek z jajkiem got. Mąka pszenna Kości	10 g 50 g	1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
014	Cebularz	1 sz		Śmietana	20 g	36252	Ogórki kwasz.	50 g
22223	Masło roślinne	10 g		Jaja	0,5 s	17011	Herbata, chleb, mr	
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g		Herbata	2 g
17001	Herbata got. Cukier Herbata	20 g 2 g		Pietruszka Selery Chrzan mar.	20 g 20 g 10 g		Cukier	20 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. Mleko Płatki jęczmienne	300 g 30 g		Ziemniaki Barsz biały Sól Jarzynka	150 g 10 g 10 g 2 g		Chleb krojony	100 g
			10087	Pierogi ruskie gotowane Mąka pszenna Jaja Ser twarog. Śłonina Ziemniaki Olej jadalny Margaryna	100 g 0,3 s 100 g 20 g 250 g 20 g 20 g		Masło roślinne	10 g
			13220	Kompot z jabłek got. Jabłka Cukier	80 g 20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 3 655 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 7 404 [kJ] Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość kaloryczna: 2 505 [kJ] 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]
13564,00	3231,00	119,16	36,70	434,79	118,18	101,84	16,76	1191,50	54,37	368,10

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