



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1321	Kielbasa żywiecka	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Kapusta biała	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
17011	Herbata, chleb, mr (porcja)			Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Chleb krojony	100 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
				Marchew	50 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			10121	Ryż z jabłkami got. (g)				
				Ryż	80 g			
				Cukier puder	30 g			
				Jabłko	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Mleko	100 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 609 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1219 [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]
9706	2320	51,93	16,59	406,63	134,83	61,85	15,15	1350,85	36,88	426,20

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