



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1324	Poledwica wędz.	60 g
36250	Ogórki szklarniowe	50 g		Kapusta biała	50 g	3648	Rzodkiew biała	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Kawa inka	3 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
	Mleko 2%	300 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Cukier	20 g		Kośćci	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g			
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Sól	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			09051	Kopytka got. ze sł. (g)				
				Ziemniaki	400 g			
				Jaja	0,3 s			
				Mąka ziemn.	30 g			
				Mąka pszenna	80 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 864 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1543 [kcal]			Wartość kaloryczna: 497 [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]
12149	2904	74,24	23,91	466,33	95,50	96,01	14,92	904,05	69,94	400,60

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