



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	60 g	01148	Żurek z jajkiem got. (ml)		1321	Kiełbasa żywiecka	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
014	Cebularz	1 sz		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Mleko	400 g		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
	Płatki owsiane	30 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Chrzan mar.	10 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
				Barsz biały	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńska	2 g			
			10087	Pierogi ruskie gotowane (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Śłonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłko	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna:		846 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1770 [kcal]	Wartość kaloryczna:		600 [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]
13456	3216	119,20	35,79	432,10	102,30	113,98	16,37	1304,90	62,93	420,30

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