

JADŁOSPIS
Należność: Beztłuszczowa
Na dzień: 27-10-2024 (Niedziela)



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA						
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma				
08061	Twaróg z ml. (porcja)		01174	Ziemniaczana czysta lekk.got. (porcja)		1324	Poledwica wędz.	60 g				
	Ser twarog.	100 g		Ziemniaki	150 g		3635	Salata lodowa	50 g			
17025	Mleko 2%	40 g	06033	Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)					
	Herbata, bułka, mr (porcja)	2 g		Selery	20 g		Herbata	2 g				
				Pietruszka	20 g		Cukier	20 g				
	Cukier	20 g		Sól	10 g		Bułka 100g	1 sz				
Bułka 100g	1 sz	Jarzynka	2 g	Masło roślinne	10 g							
3628	Pomidory	50 g	10101	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)								
				Kurczak	200 g							
				Marchew	30 g							
				Pietruszka	30 g							
				Selery	30 g							
				Mąka pszenna	20 g							
				Mleko 2%	40 g							
				Margaryna zw.	5 g							
				Ryż got.na sypko (g)	80 g	09009	Buraczki got.opr. (porcja)					
							Buraki	180 g				
							Margaryna	7 g				
				Cukier	5 g	13220	Kompot z jabłek got. (porcja)					
							Mąka pszenna	5 g				
							Jablka	80 g				
Cukier	20 g											

Wartość kaloryczna: 461 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

Wartość kaloryczna: 1102 [kcal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

Wartość kaloryczna: 384 [kcal]
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]
8144	1946	40.03	13.14	286.98	90.57	49.58	11.33	663.19	22.57	86.50

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