



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01166	Solferino lekk. got. (porcja)		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mleko 2%	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Ziemniaki	150 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Mąka pszenna	10 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Konc.pomidor.30%	20 g			
	Mleko	300 g	018	Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Bulka 50 g	1 sz			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			0304	Paluszki solone	1 op			
Wartość kaloryczna:		696 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1652 [kcal]	Wartość kaloryczna:		379 [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]
11412	2727	59.55	17.60	439.17	97.81	82.80	15.70	746.50	32.42	179.30

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