



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01011	Barszcz ukraiński got.		1620	Golonka prasowana	60 g	
36250	Ogórki szklarniowe	50 g			Kapusta biała	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g			Buraki	100 g	17011	Herbata,chleb,mr	
026	Chleb słonecznikowy	50 g			Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz			Śmietana	20 g		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g			Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.				Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g			Marchew	50 g			
	Herbata	2 g			Pietruszka	20 g			
	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.				Selery			
Mleko		300 g		Mąka pszenna	5 g				
Płatki jęczmienne		30 g		S ó l	10 g				
				Jarzynka	2 g				
			10048	Makaron got. z serem (st)					
					Makaron	100 g			
					Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g				
			13220	Kompot z jabłek got.					
					Jabłka	80 g			
					Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g				
			3307	Herbatniki	25 g				
Wartość kaloryczna: 948 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1383 [kcal]			Wartość kaloryczna: 420 [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]
11513	2752	65,63	19,38	451,02	106,56	79,08	14,22	1102,95	37,08	354,60

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