



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01038	Jarzynowa lekk.got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr			Marchew	80 g	1710	Herbata b/c, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Pietruszka	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	30 g		Chleb krojony	100 g
				Mleko	40 g			
				Ziemniaki	150 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			13219	Kompot z jabłek b/c got.				
				Jabłka	80 g			
			3702	Banany	100 g			
			02131	Makaron z sosem bolońskim				
				Makaron nitka	100 g			
				Łopatka wieprzowa	80 g			
				Marchew	30 g			
				Pomidory	150 g			
				Cebula	20 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
Wartość kaloryczna: 445 [kcal]			Wartość kaloryczna: 857 [kcal]			Wartość kaloryczna: 410 [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]
9382	2242	59.54	15.72	332.43	47.77	108.37	15.54	1396.60	54.34	409.70

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