



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01037	Jarzynowa got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Śmietana	20 g	17011	Herbata,chleb,mr	
	Mleko	300 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Płatki jęczmienne	30 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
17011	Herbata,chleb,mr			Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	30 g			
	Chleb krojony	100 g		Fasolka szparag.	30 g			
	Masło roślinne	10 g		Konc.pomidor.30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 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: 806 [kcal]			Wartość kaloryczna: 989 [kcal]			Wartość kaloryczna: 491 [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]
9568	2287	49,76	14,43	375,89	105,84	95,34	14,57	1115,60	55,20	472,50

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