



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA			
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	
1343	Szynka gotowana	60 g	01171	Selerowa lekk. z grzankami got.		1333	Ogonówka	60 g	
3635	Salata lodowa	50 g		Selery	100 g	3628	Pomidory	50 g	
17025	Herbata,bulka,mr			Mleko 2%	40 g	17025	Herbata,bulka,mr		
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g	
	Cukier	20 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g	
	Bulka 100g	1 sz		Pietruszka	30 g		Bulka 100g	1 sz	
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g	
				Jarzynka	2 g				
				Bulka 50 g	1 sz				
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym					
				Kurczak	200 g				
				Marchew	30 g				
				Pietruszka	30 g				
				Selery	30 g				
				Mąka pszenna	20 g				
				Mleko 2%	40 g				
				Margaryna zw.	5 g				
			09141	Ziemniaki got.					
				Ziemniaki	300 g				
				Mleko	15 g				
			09062	Jarzynki got.opr.					
				Margaryna	7 g				
				Marchew	80 g				
				Mąka pszenna	5 g				
				Pietruszka	50 g				
				Selery	50 g				
			13220	Kompot z jabłek got.					
				Jablka	80 g				
				Cukier	20 g				
		Wartość kaloryczna:	379 [kcal]			Wartość kaloryczna:	1271 [kcal]		
		Wartość zestawu:	_____ [zł]			Wartość zestawu:	_____ [zł]		
		Wartość kaloryczna:				Wartość kaloryczna:	385 [kcal]		
		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 ]
8515	2035	35.21	10.24	321.07	94.26	54.84	13.68	850.27	32.80	207.80

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Mleko Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten