



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1324	Poledwica wędz.	60 g	01037	Jarzynowa got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
1708	Herbata b/c, chleb sł, mr			Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Chleb słonecznikowy	100 g		Kapusta biała	50 g		Cukier	20 g
	Masło roślinne	10 g		Marchew	60 g		Chleb krojony	100 g
01073	Manna na mleku got.			Selery	30 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Pietruszka	30 g			
	Kasza manna	30 g		Fasolka szparag.	30 g			
				Konc.pomidor.30%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06028	Kotlet drobiowy smażony				
				Filet kurczaka	100 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09009	Buraczki got.opr.				
				Buraki	180 g			
				Margaryna	7 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 661 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1154 [kcal]			Wartość kaloryczna: 500 [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]
9685	2315	64,43	16,03	363,51	85,79	76,31	15,01	1627,37	46,87	415,70

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