



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01167	Gryskowa got.		1624	Szynka kanapkowa	60 g
026	Chleb słonecznikowy	60 g		Marchew	50 g	3627	Papryka św.	50 g
021	Chleb krojony	50 g		Pietruszka	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	30 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	20 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	100 g
36442	Kukurydza kons.	20 g		Kasza manna	25 g		Masło roślinne	10 g
17001	Herbata got.			Sól	10 g			
	Cukier	20 g		Jarzynka	2 g			
	Herbata	2 g	02130	Leczo				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Cukinia	200 g			
	Mleko	300 g		Cebula	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Kiełbasa śląska	80 g			
				Konc.pomidor.30%	20 g			
				Pomidory	15 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Papryka św.	60 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	100 g			
			3702	Banany	100 g			
Wartość kaloryczna: 823 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1314 [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]
11034	2637	69.33	14.63	363.47	106.65	92.49	16.55	3342.95	35.41	531.50

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