



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01148	Żurek z jajkiem got.		1325	Łopatka pieczona	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mąka pszenna	10 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
021	Chleb krojony	50 g		Śmietana	20 g		Herbata	2 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Jaja	0,5 s		Cukier	20 g
22223	Masło roślinne	10 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got.			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g			
	Herbata	2 g		Chrzan mar.	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		Barsz biały	10 g			
	Płatki owsiane	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10048	Makaron got. z serem (si)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Słonina	20 g			
			13220	Kompot z jablek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3307	Herbatniki	40 g			
Wartość kaloryczna:		960 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1409 [kcal]	Wartość kaloryczna:		419 [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]
11666	2788	72.17	21.12	438.88	110.07	86.35	14.09	902.10	38.98	399.10

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