



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01043	Koperkowa got.		1332	Kiełbasa wiejska	80 g
3628	Pomidory	50 g		Ziemniaki	150 g	3627	Papryka św.	50 g
1327	Roszonka	10 g		Mąka pszenna	5 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Koperek	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Śmietana	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	30 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	10 g			
01073	Manna na mleku got.			Pory	10 g			
	Mleko	300 g		Pietruszka	10 g			
	Kasza manna	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06034	Kurczak pieczony				
				Kurczak	200 g			
				Margaryna	10 g			
				Olej jadalny	10 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09167	Bukiet warzyw z wody got.				
				Bukiet warzyw	150 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		755 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1056 [kcal]	Wartość kaloryczna:		748 [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 ]
10705	2558	75.14	22.84	330.35	93.43	65.97	14.98	1389.85	43.23	406.20

<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