



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01165	Solferino got.		1332	Kiełbasa wiejska	80 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	36250	Ogórki szklamiowe	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g	17025	Herbata, bułka, mr	
018	Bułka 50 g	1 sz		Selery	20 g		Herbata	2 g
021	Chleb krojony	50 g		Konc.pomidor.30%	20 g		Cukier	20 g
17001	Herbata got.			Ziemniaki	150 g		Bułka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Śmietana 18%	20 g			
	Mleko	300 g		S ó l	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
			02043	Kotlet mielony smażony				
				Mięso wieprz.gulaszowe	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09165	Marchewka opr z groszkiem got				
				Marchew	15 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		887 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1181 [kcal]	Wartość kaloryczna:		626 [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]
11276	2695	77.83	27.25	359.77	102.08	70.10	13.88	1096.65	51.57	265.00

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