



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
1406	Salceson czarny	10 g		Mąka pszenna	10 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Pietruszka	30 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Selery	30 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Ziemniaki	150 g			
	Masło roślinne	10 g		S ó l	10 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
	Płatki jęczmienne	30 g		Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10101	Ryż got.na sypko (g)				
				Ryż	80 g			
				Margaryna zw.	7 g			
			09165	Marchewka opr z groszkiem got (porcja)				
				Marchew	15 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Groszek kons.	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 796 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1141 [kcal]			Wartość kaloryczna: 374 [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]
9666	2310	56.65	18.09	326.66	106.81	65.10	13.59	1012.97	49.62	100.30

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