



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01026	Fasolowa got. (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Fasola	40 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Śmietana 18%	10 g			
				Mąka pszenna	10 g			
				Sól	5 g			
				Jarzynka	1 g			
			10063	Naleśniki z serem smażone (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
				Mleko	100 g			
				Cukier	20 g			
				Olej jadalny	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
Wartość kaloryczna: 711 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1456 [kcal]			Wartość kaloryczna: 491 [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]
11123	2658	73,16	20,81	402,33	121,03	97,37	9,61	1107,05	47,11	386,00

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