



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1624	Szynka kanapkowa	40 g	01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)		1345	Kurczak faszerowany	60 g
201	Jaja	1 s		Konc.pomidor.30%	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	80 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
3634	Salata ziel.	20 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			
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	300 g	2105	Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja)				
	Kasza manna	30 g		Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Schab b/k	100 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 759 [kcal]			Wartość kaloryczna: 950 [kcal]			Wartość kaloryczna: 427 [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]
8939	2136	52.99	16.35	318.39	104.11	91.05	11.96	918.70	57.69	182.90

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