



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	0112	Barszcz czerwony lekk.got (porcja)		1343	Szynka gotowana	60 g
3628	Pomidory	50 g		Buraki	100 g	3635	Salata lodowa	50 g
1326	Szpinak	10 g		Marchew	50 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Mleko	40 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Mąka pszenna	5 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Bulka 100g	1 sz
	Bulka 100g	1 sz		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			S ó l	10 g			
	Mleko	300 g		Jarzynka	2 g			
	Płatki jęczmienne	30 g	01163	Ryż z dżemem i śmietaną (g)				
				Ryż	80 g			
				Śmietana 18%	80 g			
				Cukier	30 g			
				Mleko 2%	100 g			
				Dżem porzeczkowy	50 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 697 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1379 [kcal]			Wartość kaloryczna: 379 [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]
10273	2455	57.94	20.75	406.26	130.45	67.48	13.86	1067.15	35.85	473.70

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