



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01011	Barszcz ukraiński got. (ml)		1343	Szynka gotowana	60 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Kapusta biała	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
026	Chleb słonecznikowy	50 g		Buraki	100 g	17011	Herbata,chleb,mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
1326	Szpinak	10 g		Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
17001	Herbata got. (porcja)			Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g			
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Selery	20 g			
	Mleko	300 g		Mąka pszenna	5 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 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	Bułka 50 g	1 sz			
			0304	Paluszki solone	0,3 op			
Wartość kaloryczna: 951 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1501 [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]
12317	2944	65,59	23,26	504,65	134,31	88,89	16,38	1590,45	39,06	740,70

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