



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3801	Dżem truskawkowy	40 g	01169	Krupnik ryżowy lekk. got. (porcja)		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1343	Szynka gotowana	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	50 g	17025	Herbata, bułka, mr (porcja)	
1326	Szpinak	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Selery	20 g		Cukier	20 g
	Bagietka	1 sz		Ryż	25 g		Bułka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Sól	10 g		Masło roślinne	10 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	2 g			
	Cukier	20 g	06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja)			Kurczak	200 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09149	Marchewka got. opr. (g)				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	180 g			
				Cukier	5 g			
				Mąka pszenna	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		757 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1135 [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]
9483	2266	39.72	12.55	369.68	112.17	60.77	14.22	1086.35	47.83	179.30

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