



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g)		1212	Szynka drobiowa	60 g
3628	Pomidory	50 g		Groszek kons.	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
17025	Herbata,bulka,mr (porcja)			Ziemniaki	150 g	17025	Herbata,bulka,mr (porcja)	
	Herbata	2 g		Mleko 2%	40 g		Herbata	2 g
	Cukier	20 g		Mąka pszenna	10 g		Cukier	20 g
	Bulka 100g	1 sz		Marchew	50 g		Bulka 100g	1 sz
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
				Pietruszka	20 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			100481	Makaron nitki got z serem (mar) (porcja)				
				Makaron	100 g			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
			018	Bulka 50 g	1 sz			
			3709	Pomarańcze	80 g			
Wartość kaloryczna: 429 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1295 [kcal]			Wartość kaloryczna: 378 [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]
8795	2102	48.37	12.80	331.02	80.67	57.99	12.29	598.10	16.52	139.70

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