



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01129	Ziemn. z zielonym groszkiem got. (ml)		2306	Ryby wędz.	120 g
3648	Rzodkiew biała	50 g		Mąka pszenna	10 g	3635	Salata lodowa	50 g
13227	Kawa ml, chleb, mr (porcja)			Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Kawa inka	3 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Mleko 2%	300 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Chleb krojony	100 g		Groszek kons.	20 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			10087	Pierogi ruskie gotowane (g)				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Ślonina	20 g			
				Ziemniaki	250 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Margaryna	20 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			021	Chleb krojony	50 g			
			3709	Pomarańcze	80 g			
Wartość kaloryczna: 704 [kcal]			Wartość kaloryczna: 1603 [kcal]			Wartość kaloryczna: 487 [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]
11692	2794	98,25	25,83	380,81	95,43	84,96	13,37	836,10	43,48	364,60

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