



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	1 s	01168	Grysikowa lekk.got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
1212	Szynka drobiowa	40 g		Marchew	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3628	Pomidory	50 g		Selery	20 g	17025	Herbata,bulka,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	20 g		Herbata	2 g
17025	Herbata,bulka,mr			Ziemniaki	150 g		Cukier	20 g
	Herbata	2 g		Kasza manna	25 g		Bulka 100g	1 sz
	Cukier	20 g		S ó l	10 g		Masło roślinne	10 g
	Bulka 100g	1 sz		Jarzynka	2 g			
	Masło roślinne	10 g	2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Filet kurczaka	100 g			
	Mleko	300 g		Marchew	30 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
			09120	Sur. z marchewki i jabłka				
				Jabłka	60 g			
				Marchew	150 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		763 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1103 [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]
9374	2240	51.66	17.03	341.28	114.37	57.70	13.59	1077.80	51.37	143.90

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