



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	14010	Brokułowa		1336	Szynka mielona	60 g
3627	Papryka św.	50 g		Mąka pszenna	5 g	3635	Salata lodowa	50 g
3634	Salata ziel.	10 g		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			S ó l	10 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Jarzynka	5 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Kości	50 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Marchew	50 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Pietruszka	20 g			
	Mleko	300 g		Brokuły	100 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Ziemniaki	150 g			
			02043	Kotlet mielony smażony				
				Mięso wieprz. gulaszowe	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Smalec	20 g			
				Bułka 100g	0,2 sz			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09159	Surówka z marchewki i chrzanu				
				Marchew	180 g			
				Majonez	20 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Chrzan mar.	20 g			
				Cukier	5 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		815 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1295 [kcal]	Wartość kaloryczna:		480 [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]
10837	2590	67.73	23.89	365.92	111.58	73.27	14.93	2394.25	43.81	512.50

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