



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1345	Kurczak faszerowany	60 g	01007	Barszcz czerw. zabił. got.		1315	Kiełbasa szynkowa	60 g
3635	Salata lodowa	40 g		Buraki	100 g	3628	Pomidory	50 g
3627	Papryka św.	20 g		Kości	50 g	17011	Herbata, chleb, mr	
17011	Herbata, chleb, mr			Śmietana	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Marchew	50 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Pietruszka	20 g		Chleb krojony	100 g
	Chleb krojony	100 g		Selery	20 g		Masło roślinne	10 g
	Masło roślinne	10 g		Mąka pszenna	5 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku got.			Ziemniaki	150 g			
	Mleko	300 g		Sól	10 g			
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	2 g			
			07063	Ryba got. w jarzynach				
				Filety rybne	100 g			
				Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09145	Salata z sosem sał.				
				Salata lodowa	100 g			
				Olej jadalny	7 g			
				Sos sałatkowy	3 g			
			09141	Ziemniaki got.				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 810 [kcal]			Wartość kaloryczna: 782 [kcal]			Wartość kaloryczna: 661 [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]
9425	2253	48.93	11.87	346.48	99.03	66.78	14.33	1136.39	40.43	350.10

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