



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	01129	Ziemniaczana z zielonym groszkiem		1324	Poledwica wędz.	60 g
021	Chleb krojony	100 g		Mąka pszenna	10 g	021	Chleb krojony	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Śmietana	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
3627	Papryka św.	50 g		Kości	50 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Marchew	50 g	17001	Herbata zw.	
17001	Herbata zw.			Pietruszka	20 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Selery	20 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Groszek kons.	20 g			
				S ó l	5 g			
				Jarzyńska	1 g			
			2106	Bitek drobiowy got. w sosie jarz.				
				Filet kurczaka	80 g			
				Marchew	30 g			
				Mleko	40 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Margaryna zw.	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				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
			10020	Kasza jęczm.na sypko				
				Kasza jęczm.	80 g			
				Margaryna	5 g			
		Wartość kaloryczna: 2 104 [kJ]			Wartość kaloryczna: 4 059 [kJ]			Wartość kaloryczna: 2 074 [kJ]
		Wartość zestawu: 2,88 [zł]			Wartość zestawu: 5,23 [zł]			Wartość zestawu: 2,87 [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 ]
8237,00	1805,00	40,97	13,69	315,57	52,80	102,63	9,82	1000,95	27,75	446,80

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten
<b>Obiad</b>	Siarczany Gorczyca Łubin Mleko Sezam Orzeszki Seler Gluten
<b>Kolacja</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Seler Soja Gluten