



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01168	Zupa grysikowa lekk.		1345	Kurczak faszzerowany	60 g
011	Bułka	100 g		Marchew	50 g	011	Bułka	100 g
22223	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
3628	Pomidory	50 g		Pietruszka	20 g	3635	Salata lodowa	50 g
3635	Salata lodowa	20 g		Ziemniaki	150 g	17001	Herbata zw.	
01098	Płatki owsiane na mleku			Kasza manna	25 g		Cukier	20 g
	Mleko	400 g		S ó l	5 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Jarzynka	1 g			
17001	Herbata zw.		07063	Ryba w jarzynach				
	Cukier	20 g		Filety rybne	100 g			
	Herbata	2 g		Marchew	40 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
			09150	Marchewka z wody				
				Margaryna	5 g			
				Marchew	150 g			
				Cukier	5 g			
				Bułka tarta	5 g			
			09141	Ziemniaki b/t				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13220	Kompot z jabłek				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 3 806 [kJ]			Wartość kaloryczna: 3 460 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 788 [kJ]		
Wartość zestawu: 4,41 [zł]			Wartość zestawu: 5,55 [zł]			Wartość zestawu: 2,12 [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]
9054.00	2125.00	58.73	16.44	325.60	72.17	112.10	6.88	796.85	60.61	84.00

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Łubin Mleko Gluten
Obiad	Siarczany Gorczyca Łubin Mleko Sezam Orzeszki Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Łubin Mleko Gluten