



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
1333	Ogonówka	60 g	0112	Barszcz czerwony lekk.		16025	Podw. k.szynkowa	
22223	Masło roślinne	10 g		Buraki	100 g		Kielbasa szynkowa	50 g
026	Chleb słonecznikowy	100 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	50 g
3635	Salata lodowa	50 g		Mleko	40 g		Masło roślinne	10 g
13103	Herbata b/c			Mąka pszenna	5 g	1209	Poledwica drobiowa	60 g
	Herbata	2 g		Pietruszka	20 g	22223	Masło roślinne	10 g
01073	Manna na mleku			Selery	20 g	021	Chleb krojony	100 g
	Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g	3628	Pomidory	50 g
	Kasza manna	30 g		Sól	5 g	17001	Herbata zw.	
				Jarzynka	1 g		Cukier	20 g
			06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym			Herbata	2 g
				Kurczak	200 g			
				Marchew	30 g			
				Pietruszka	30 g			
				Selery	30 g			
				Mąka pszenna	20 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Margaryna zw.	5 g			
			09062	Jarzynki opr.				
				Margaryna	7 g			
				Marchew	80 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				Pietruszka	50 g			
				Selery	50 g			
			09141	Ziemniaki b/t				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			13219	Kompot z jabłek b/c				
				Jablka	80 g			
Wartość kaloryczna:		2 758 [kJ]	Wartość kaloryczna:		4 314 [kJ]	Wartość kaloryczna:		3 071 [kJ]
Wartość zestawu:		4,25 [zł]	Wartość zestawu:		6,03 [zł]	Wartość zestawu:		3,83 [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 ]
10143.00	2173.00	54.45	16.08	360.78	88.39	69.98	11.63	1739.07	52.71	325.60

<b>POSILEK</b>	<b>Występujące Alergeny</b>
<b>Śniadanie</b>	Siarczany Gorczyca Jajka Łubin Mleko Sezam 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