



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA					
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma			
1343	Szynka gotowana	60 g	02109	Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.		16025	Podwieczorek(k.sz)				
021	Chleb krojony	100 g		Groszek kons.	20 g		Kielbasa szynkowa	50 g			
22223	Masło roślinne	10 g		Ziemniaki	150 g		Chleb krojony	50 g			
3628	Pomidory	50 g		Mleko 2%	40 g		Masło roślinne	10 g			
3635	Salata lodowa	20 g		Mąka pszenna	10 g	1324	Poledwica wędz.	60 g			
13103	Herbata b/c			Marchew	50 g	22223	Masło roślinne	10 g			
	Herbata	2 g		Selery	20 g	021	Chleb krojony	100 g			
010981	Płatki jęczmienne na mleku			Pietruszka	20 g	3635	Salata lodowa	50 g			
	Mleko	300 g		S ó l	5 g	13103	Herbata b/c				
	Płatki jęczmienne	30 g		Jarzynka	1 g		Herbata	2 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						
			10020	Kasza jęczm. got.na sypko							
				Kasza jęczm.	80 g						
				Margaryna	5 g						
			09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
				Marchew	150 g						
				Śmietana 18%	20 g						
				Majonez	20 g						
				Jabłka	60 g						
			13219	Kompot z jabłek b/c							
				Jabłka	80 g						
		Wartość kaloryczna:	2 849 [kJ]			Wartość kaloryczna:	4 111 [kJ]			Wartość kaloryczna:	2 806 [kJ]
		Wartość zestawu:	3,92 [zł]			Wartość zestawu:	5,14 [zł]			Wartość zestawu:	4,18 [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]
9766.00	2166.00	56.50	18.40	347.40	80.72	54.09	12.16	913.15	47.37	429.60

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