



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|---------------------------------------|-------|---------------------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1347 | Poledwiczanka | 60 g | 01150 | Ziemniaczana czysta got. (porcja) | | 1402 | Paszтетowa | 80 g |
| 36250 | Ogórki szklarniowe | 50 g | | Ziemniaki | 150 g | 3648 | Rzodkiew biała | 50 g |
| 016 | Rogal | 1 sz | | Marchew | 50 g | 17011 | Herbata, chleb, mr (porcja) | |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Pietruszka | 30 g | | Herbata | 2 g |
| 17001 | Herbata got. (porcja) | | | Selery | 30 g | | Cukier | 20 g |
| | Cukier | 20 g | | Kości | 50 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Herbata | 2 g | | Sól | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Mleko | 400 g | 09006 | Bigos pieczony (g) | | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | | Kapusta kwasz. | 250 g | | | |
| | | | | Łopatka wieprzowa | 40 g | | | |
| | | | | Konc. pomidor. 30% | 10 g | | | |
| | | | | Kiełbasa śląska | 20 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Boczek sur. | 30 g | | | |
| | | | | Smalec | 20 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 3809 | Jabłka | 200 g | | | |
| Wartość kaloryczna: 910 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1179 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 421 [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] |
| 10504 | 2510 | 61,69 | 22,76 | 375,42 | 127,38 | 61,80 | 13,08 | 844,20 | 60,96 | 236,70 |

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