



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|-----------|-----------------------------|-------|--------|---|-------|---------|-----------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1209 | Poledwica drobiowa | 60 g | 01037 | Jarzynowa got. (porcja) | | 1333 | Ogonówka | 60 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Ziemniaki | 150 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 17011 | Herbata, chleb, mr (porcja) | | | Śmietana | 20 g | 17011 | Herbata, chleb, mr (porcja) | |
| | Herbata | 2 g | | Kości | 50 g | | Herbata | 2 g |
| | Cukier | 20 g | | Kapusta biała | 50 g | | Cukier | 20 g |
| | Chleb krojony | 100 g | | Marchew | 60 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | Selery | 30 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Fasolka szparag. | 30 g | | | |
| | | | | Konc.pomidor.30% | 10 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | | S ó l | 10 g | | | |
| | | | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 2105 | Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja) | | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Mleko | 40 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 20 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Schab b/k | 80 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09155 | Surówka z warzyw miesz. (porcja) | | | | |
| | | | | Marchew | 40 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Jablka | 30 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Ogórki kwasz. | 20 g | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | |
| | | | | Musztarda | 5 g | | | |
| | | | | Groszek kons. | 20 g | | | |
| | | | | Pory | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |

| | | |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| Wartość kaloryczna: 478 [kcal] | Wartość kaloryczna: 1211 [kcal] | Wartość kaloryczna: 496 [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] |
| 9139 | 2184 | 36.88 | 12.11 | 354.42 | 104.02 | 84.96 | 15.52 | 1146.30 | 42.45 | 507.30 |

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